Dạy con đôi khi thật đơn giản

TRẦN BÍCH HÀ

Table of Contents

Dành tặng mẹ

When I scroll past a Facebook post of my mother, I feel at least one of the following three emotions: a slight sense of envy, deep–seated awe, and overwhelming pride. The envy arises as I see the number of likes the post has: at least five hundred, maybe a thousand, sometimes a few thousand. The awe comes as I scroll down and see the length of the post: long, to say in the least, packed with eloquent, precise, specific details about the topic she is discussing. And then there's the pride, arguably the most overpowering sentiment of the three. The pride comes as I look through the comments people have left on her post; they brim with respect, gratitude, admiration, and reverence. Her eager followers pour out their sincerest thanks; they express the profound impact my mother's articles have made on their lives. Every mother needs to read this post, a comment will say. Your words have changed me, another will say. I am immediately struck by the unending joy that my mother brings to other people, by the sparkle and magic that only she can carry and disseminate.

My mother is someone who knows. Her wisdom is larger than life; it gushes uncontrollably out of her, diffusing into the meandering streams of the Earth, spreading out across the heavens, never once losing its glow. She's never once intended to hoard it selfishly to herself: she's always wanted to use her wise powers for good. She's always wanted to use them to inspire the world, to make the impossible and untouchable become attainable and tangible.

I hope that this book will change, encourage, and galvanise you in the same way that my mother's words always have. I hope this book will touch you, will inspire you to better your life and those of others. I hope this book will leave its deserved ineradicable mark on you, and that you'll use its contents to empower your children so that they, too, will leave more ineradicable marks on the world.

"Mỗi khi đọc được một bài viết của mẹ trên Facebook, trong tôi trào lên ít nhất một trong ba cảm xúc: nỗi ghen tị nhè nhẹ, lòng kính phục sâu sắc và niềm tự hào tràn ngập. Có một sự ghen tị nho nhỏ phát sinh khi tôi thấy số lượng thích bài viết: ít nhất là năm trăm, nhiều khi cả ngàn, đôi khi vài ngàn. Sự kính phục tăng dần đều mỗi khi tôi kéo chuột xuống theo chiều dài của bài viết: bài thường dài, lập luận rất chặt chẽ, rõ ràng và minh họa với nhiều ví dụ sinh động, thông tin chính xác và cụ thể về chủ đề thảo luận. Và còn rất nhiều điều tốt đẹp được diễn tả sinh động và thú vị. Kế đến là niềm tự hào, có lẽ là thứ tôi cảm nhận được sâu sắc nhất trong những cảm giác tôi đã kể ra trên đây. Cảm nhận ấy đến khi tôi đọc các ý kiến bình luận của mọi người về bài viết của mẹ, trong đó thể hiện sự tôn trọng, tri ân, ngưỡng mộ, thậm chí tôn sùng đối với người mẹ của tôi. Độc giả háo hức bày tỏ lòng biết ơn chân thành và kể về những tác động sâu sắc từ các bài viết của mẹ đến cuộc sống của họ. Có người nhận xét: "Tất cả những ai làm mẹ đều phải đọc bài viết này", và cũng có người tâm sự rằng: "Điều cô viết đã thay đổi con người cháu". Tôi thực sự sững sờ trước những niềm vui bất tận

mà mẹ đem đến cho mọi người, thấm đượm trong sự rạng rỡ diệu kỳ mà chỉ mẹ mới có thể có được và lan truyền ra xung quanh.

Mẹ tôi là người có hiểu biết thông tuệ. Sự minh triết của mẹ thật diệu kì, nó trào ra tràn trề từ con người mẹ, nó lan tỏa trong những dòng đời, nó bay đến khắp các tầng trời mà không bao giờ bị phai nhòa đi ánh sáng lấp lánh. Mẹ chẳng bao giờ giữ kiến thức làm của riêng mà luôn muốn dùng sức mạnh tri thức để gây dựng nên những điều tốt đẹp. Mẹ luôn muốn truyền cảm hứng và động lực cho thế giới xung quanh, để những người trong thế giới ấy có thể biến điều không thể thành có để, để tất cả có thể vươn tới những ước mơ tưởng như quá xa vời.

Tôi hy vọng cuốn sách này sẽ tạo ra sự thay đổi tích cực, từ đó có thể động viên và khích lệ người đọc như những bài viết của mẹ tôi. Tôi hy vọng cuốn sách này sẽ chạm được tới trái tim bạn, thôi thúc bạn hướng tới cuộc sống tốt đẹp hơn cho mình và cho cả những người thân yêu. Tôi hy vọng cuốn sách này có thể để lại một dấu ấn không phai nhòa đối với bạn, và hy vọng bạn có thể áp dụng những kiến thức và kinh nghiệm mà bạn thu được từ đó để dạy cho con bạn những điều hay lẽ phải và tri thức, để rồi sau này lũ trẻ cũng có thể tạo dựng nên những dấu ấn tốt đẹp khó phai nhòa trong cõi đời này."

Minh Thu

Giới thiệu

Nếu các bạn đang đọc những dòng này thì chắc đã biết trang Facebook của chị Bích Hà. Cùng với hình ảnh bà mẹ lạc quan, yêu đời, bàn luận sôi nổi và nhiệt tình đưa các lời khuyên về giáo dục con cái – là tâm điểm của câu chuyện, cô bé Minh Thu (tên gọi khác là Minty), cũng được biết đến với những nhận xét trên Facebook:

"Mừng chị có người con gái thật tuyệt! Không uổng công Mẹ, phải không chị."

"Chúc mừng chị và Minty, giỏi như Minty thì con em và mấy đứa bạn nó gọi là "Quái vật" đấy chị."

"Chị ơi, Minh Thu giỏi quá. Nàng trưởng thành sớm... hiểu chuyện và rất tự hào về mẹ Hà... chị thật là hạnh phúc."

Chính thống hơn là những nhận xét của giáo viên ở trường Cate, California – nơi cháu đang học năm cuối phổ thông trung học:

Toán nâng cao: Minty đặt ra chuẩn mực cao hiếm có cho học lực xuất sắc. Đơn giản là 100%. Tôi có nhiều học sinh điểm A; nhưng trong 29 năm dạy toán, chỉ có vài em liên tục đạt 100%. Bài làm thật mạch lạc, triệt để mà rất ngắn gọn và chính xác, làm tôi luôn có cảm giác đang đọc lời giải mẫu khi chấm bài của Minty.

Văn học: Câu chuyện của em thật gợi mở, thấm thía, bâng khuâng, chua xót, sâu sắc mà hài hước – tất cả các vị đều vừa đủ... Có tài thẩm thấu ngôn ngữ tuyệt vời, cùng với vốn từ sống đáng nể làm Minty luôn tìm được từ ngữ vừa vặn trong mọi tình huống. Như tôi luôn nhận xét, các bài luận của em thật thanh tú, tinh tế, ở tầm mức mà sinh viên tốt nghiệp đại học (từ những trường danh tiếng) mong muốn viết ra được.

Lịch sử: Mãi mà tôi không nghĩ ra Minty phải cố thêm thế nào cho môn Lịch sử Hoa Kỳ (nâng cao). Em thực sự đã là học sinh tuyệt đỉnh cho môn sử – ham hiểu biết, sẵn sàng học hỏi và khả năng nhận biết vấn đề là điều bất cứ giáo viên nào mong mỏi ở mỗi học sinh. Minty làm sử luận tuyệt vời – hết sức rõ ràng, chi tiết và tinh tế trong suy nghĩ; tinh thông trong phân tích các văn kiện lịch sử để nêu bật quan điểm của mình.

Nhạc jazz: Minty tiếp tục đẩy ban nhạc jazz đến thành công. Với kỹ năng nhạc cổ điển trên piano và viola tuyệt vời, Minty làm quen rất nhanh với jazz, học chuyển gam và đảo hợp âm thành thục để trở thành soloist cho mỗi bản nhạc.

Dàn đồng ca (Camerata): Chuẩn bị cho hai buổi biểu diễn, học sinh đang trở thành nghệ sỹ. Với giọng hát mượt mà, khả năng đọc nốt nhạc rất tốt để luôn thúc đẩy và tiếp sức cho cả bè,

Minty là ngôi sao trong dàn. Mỗi ngày tôi đều trông ngóng Minty để được cảm nhận nhiệt tình, tài năng cùng lòng say sưa âm nhạc của em. Thật buồn khi nghĩ đến việc sắp phải xa nhóm học sinh này – giá mà có thể gói ghém chúng lại và giữ mãi bên mình.

Năm 14 tuổi, Minty học ở trường Wycombe Abbey bên Anh, chắc chân top 3, nhiều học kỳ đứng nhất khóa. Minh Thu tâm sự: "Con có điểm cao là nhờ chăm chỉ và học có phương pháp, chứ nói về trí tuệ trời phú thì trong top 3 có một bạn người gốc Phi, không phải học nhiều nhưng có trí nhớ siêu phàm và thông minh bẩm sinh không ai sánh được".

Đã trúng tuyển sớm (early decision) vào trường Đại học Brown trong nhóm Ivy League tại Mỹ, con đường của Minh Thu đang rộng mở và tôi tin cháu sẽ thành công trong bất cứ lĩnh vực nào. Nền móng của thành công đó đã được chị Bích Hà xây trong 18 năm từ khi sinh con (thực ra trước đó cả năm). Thu miêu tả quá trình đó thế này, khi trả lời một câu hỏi của trường Brown:

Hỏi: Chúng ta đều tồn tại trong những cộng đồng khác nhau về số lượng thành viên, nguồn gốc và mục đích; hãy kể về một cộng đồng của bạn, tại sao nó quan trọng và ảnh hưởng tới bạn thế nào?

Đáp: Tôi là con một, trong gia đình của mẹ đơn thân, nhưng chẳng bao giờ cảm thấy cô đơn. Mẹ và tôi thành cộng đồng hai người vô cùng khăng khít. Bằng chính cách mình sống, mẹ dạy tôi lòng dũng cảm. Mẹ rèn cho tôi tinh thần bền bỉ không giới hạn, rằng trong khó khăn cần nghiến răng lại, ngẩng đầu lên mà tiến về phía trước; rằng tôi có thể thất bại tanh bành, nhưng hãy nhặt nhạnh từ hoang tàn để chắp lại con người mình. Mẹ và tôi cùng nhau cười và khóc; cùng nhau bàn cãi; cùng nhau chu du để khám phá những bí ẩn trên đời. Cùng nhau, chúng tôi biến cộng đồng nhỏ bé của hai người thành điều có nghĩa hơn bản thân cuộc đời.

Không ai sinh ra đã là cha mẹ, chị Bích Hà cũng vậy. Mà không biết thì phải học, thế là chị quyết tìm hiểu thấu đáo. Khi đó chưa có Internet và tài liệu còn hạn chế, chị Hà "ôm" rất nhiều sách tiếng Anh về nuôi dạy trẻ mỗi lần đi công tác nước ngoài. Nhiều đến mức tôi thắc mắc sao có lắm sách đến thế về chủ đề này và sao phải đọc ngần ấy sách mới chuẩn bị được cho một đứa trẻ sắp chào đời? Tôi được chị giải thích rằng có nhiều quan điểm khác nhau trong nuôi dạy trẻ em, một cuốn sách có khi rất dày nhưng chỉ tìm được một vài điều bổ ích. Nhiều sách chỉ bàn luận chung chung nhưng không chỉ ra cụ thể mình phải làm gì. Do vậy, chị phải đọc tuốt, để rút ra cách ứng xử cụ thể cho những tình huống đa dạng và đủ nền kiến thức cho những khuynh hướng có thể phát triển khác nhau của con mình.

Nhiều người than phiền đi làm vất vả bao nhiêu cũng không khổ bằng trông và chơi với trẻ. Thế nhưng chị Bích Hà quyết định nghỉ việc, chuyên tâm nuôi con cho đến khi cháu 2 tuổi và bắt đầu đi nhà trẻ. Cả căn nhà biến thành trường mẫu giáo với thư viện, phòng soạn giáo án, phòng ăn, phòng ngủ, phòng chơi. Hiệu trưởng mầm non, kiêm cô nuôi dậy hổ, kiêm mẹ bỉm lên chương trình đến từng 15 phút, dịch hàng chục quyển sách ra tiếng Việt để đọc cho con, khi sách thiếu nhi hồi đó còn hiếm. Chị Hà cặm cụi tự chế rất nhiều đồ chơi, cùng ăn, cùng chơi, cùng sinh hoạt với con nhiều giờ mỗi ngày. Để thực hiện được triệt để kế hoạch của mình, chị thay đổi toàn bộ nếp sống trong gia đình. Giờ giấc sinh hoạt, chế độ ăn uống, bao

giờ được xem TV, thậm chí quan niệm về lẽ công bằng, khi nào thì người lớn tuổi nhất trong nhà vẫn phải xin lỗi hay cám ơn – tất tật được sắp đặt để tạo ra môi trường vừa là nhà, vừa là trường thuận lợi nhất cho con gái.

Nếu một đứa trẻ 10 tháng đã tự xúc lấy mà ăn thì đến 3 tuổi đã có thể vì không thích cô giáo ở trường mẫu giáo Fundino mà quyết chuyển sang Kinderworld. Đến năm 8 tuổi, Minh Thu quyết định sang Anh học vì qua một kỳ đi trại hè thấy học bên đó tốt hơn. Năm 11 tuổi, Thu chọn Wycombe Abbey chứ không muốn vào Cheltenham Lady College vì đồng phục ở đó không đẹp, dù được học bổng. Tất nhiên đến năm 16 tuổi, Minh Thu đã hoàn toàn tự tin để so sánh các hệ thống giáo dục và chuyển trường từ London sang bờ Tây nước Mỹ, với lý do rất xác đáng: học kiểu Mỹ hợp với con hơn.

Vốn đầy nhiệt tình trao đổi với bất cứ ai quan tâm đến vấn đề nuôi dạy con cái, trong 2 năm gần đây được Facebook "tiếp sức", chị Bích Hà càng hăng hái chia sẻ với cộng đồng. Những bài viết của chị rất súc tích và thực tiễn. Phần lý thuyết, được đúc kết từ hàng trăm cuốn sách và báo chí mà chị đã từng đọc, xuất hiện thấp thoáng đâu đó, nhưng phần lớn những điều chị chia sẻ đều hết sức dễ hiểu, được miêu tả thành những hành động cụ thể, dễ thực hiện và kèm minh họa bằng những ví dụ hàng ngày. Cứ như ta đang đọc cuốn cẩm nang hay sổ tay làm cha mẹ vậy.

Xin trân trọng giới thiệu những hun đúc của chị Bích Hà với những người sẽ hay đang làm cha mẹ, sẽ hay đang là ông bà, mong muốn cho con cháu mình trưởng thành một cách độc lập, tự do và trên tất cả, hạnh phúc. Có khó không? Khó lắm chứ. Nhưng cũng thật đơn giản, nếu chúng ta đủ kiên trì để tạo dựng tính cách cho con cháu, đủ dũng cảm để chúng tự quyết định cuộc đời mình và đủ phương pháp trong truyền tải tình thương yêu vô điều kiện để chúng luôn hướng về nhà.

Nguyễn Hải
Chủ tịch Hội đồng Quản trị
Công ty Du lịch TransViet

Tại sao tôi bắt đầu chia sẻ về nuôi dạy con?

Còn nhớ, tháng 5 năm 2014, công nhân Bình Dương bị kích động, lợi dụng biểu tình phản đối Trung Quốc đặt dàn khoan tại vùng biển thuộc lãnh thổ Việt Nam, để phá hoại và hôi của. Tôi biết sự việc xảy ra vào lúc quãng một giờ trưa, nhờ đọc mấy bài viết của Hoàng Huy qua Facebook. Vào đúng thời điểm đó, tôi chợt nhận ra sức lan tỏa của công cụ mạng xã hội này. Tôi tự đặt câu hỏi cho mình: "Cái gì đang làm cho một số người trong lớp trẻ bị tha hóa về đạo đức, để có thể có những hành động 'làm nhục quốc thể' như vậy?". Đây không còn là hiện tượng đơn lẻ, các trường hợp cá biệt, mà đã thành phổ biến trong cuộc sống xã hội. Nếu chúng ta không tìm ra được nguyên nhân và giải quyết vấn đề một cách dứt điểm, hiện tượng này sẽ đe dọa sự tồn vong lâu dài của đất nước.

Lúc đó, tôi thấy mình thật bất lực và muốn phải làm điều gì đó ngay lập tức, miễn là giúp ích được một cách thiết thực cho việc giáo dục lớp trẻ, tương lai của đất nước.

Và từ ngày đó, tôi bắt đầu viết với hy vọng những bài viết có thể giúp cho các ông bố bà mẹ hiện tại và tương lai, những người không muốn nhìn thấy con mình lớn lên sẽ trở thành những phần tử tiêu cực.

Theo quan điểm cá nhân tôi, mọi việc đều có nguyên nhân từ giáo dục.

Những bài viết của tôi sẽ không bàn nhiều về hệ thống giáo dục của xã hội, mà muốn đi sâu vào bàn luận về một nền giáo dục rất cơ bản mà vô cùng quan trọng đối với sự hình thành nhân cách, trí tuệ, sức khỏe của con người: đó là giáo dục trong gia đình, đặc biệt là trong sáu năm đầu tiên của mỗi cuộc đời con người.

Từ lâu nay, dường như chúng ta muốn khoán trắng việc giáo dục con cái cho xã hội, mà cụ thể là cho hệ thống các trường: nhà trẻ, mẫu giáo, phổ thông. Và như một hệ quả tất yếu: khi con cái hư hoặc học kém, các ông bố bà mẹ sẽ có cớ để quy toàn bộ trách nhiệm cho Bộ Giáo dục. Tôi không hề có ý bênh hoặc thanh minh hộ Bộ Giáo dục mặc dù hệ thống giáo dục của Việt Nam còn nhiều hạn chế so với thế giới và cần phải cải tổ càng sớm càng tốt. Còn cải tổ theo mô hình nào, định hướng ra sao, xin nhường lời cho những người có chuyên môn sâu về lĩnh vực đó.

Ở đây, tôi chỉ muốn phân tích và chia sẻ quan điểm của cá nhân tôi về "nền giáo dục trong gia đình", cái nôi cho mọi sự phát triển tương lai của một đứa trẻ.

Các cụ ta hay nói: "Cha mẹ sinh con, trời sinh tính", phải nói ngay rằng: tôi không hề đồng tình với quan điểm này. Trong các nhà máy, khi sản xuất bất cứ sản phẩm gì, người ta đều có khâu "kiểm soát chất lượng đầu ra". Các công ty, nếu muốn chứng tỏ chất lượng, sẽ tìm mọi cách có chứng chỉ ISO để chứng minh: tôi có quy trình làm việc và có khâu kiểm soát chất

lượng sản phẩm. Vậy đối với con người – là sản phẩm quý nhất, quan trọng nhất cho sự trường tồn của một xã hội, một đất nước – chúng ta đã có những quy trình gì để nuôi dạy và có các biện pháp gì để đảm bảo các em lớn lên không trở thành "phế phẩm", nghĩa là què quặt về tâm hồn, thể chất hoặc trí tuệ? Các ông bố bà mẹ, vì bận bịu với việc kiếm tiền hoặc các nhu cầu cá nhân khác, thường khoán trắng việc nuôi dạy con cho bà nội hoặc ngoại với cái tặc lưỡi: "Cứ nuôi trẻ con là phải các cụ. Các cụ mới có kinh nghiệm". Tôi chỉ tin vào kinh nghiệm khi kinh nghiệm đã được nghiên cứu, đúc kết từ thực tế và phải được in ra rõ ràng thành những trang sách, chứ cứ truyền miệng theo kiểu: "Bé không chịu ăn thì cứ phải ép và nhét vào mồm, rồi bịt mũi lại, nó ắt phải nuốt" thì không bao giờ tôi chấp nhận.

Tôi sẽ chia sẻ làm sao để mình tạo thành con người tương lai với chất lượng mình muốn, từ đứa trẻ vừa chào đời đang nằm khóc oe oe kia, cho đến các cô cậu tuổi teen sắp vào đời, thường làm đau đầu bố mẹ vì những "dở dở ương ương" của cái tuổi ở ngưỡng cửa vào đời?

Theo nhiều sách về nuôi dạy trẻ tôi đã được đọc, sáu năm đầu của cuộc đời là quãng thời gian quan trọng nhất cho sự nghiệp "trồng người". Ai tận dụng được sáu năm đó một cách tối đa, là đã vượt qua được giai đoạn khó khăn nhất của việc dạy con. Hầu như các cá tính cơ bản của con người được hình thành trong sáu năm "bản lề" đầu tiên. Từ khi sinh ra cho đến 3 tuổi, trẻ thẩm thấu mọi thông tin xung quanh như một miếng bọt biển khô. Trong giai đoạn này, mọi thứ được tiếp nhận hầu như không có giới hạn và không điều kiện. Đây chính là lý do của hiện tượng: khi thấy con có tính gì đó không tốt, các ông bố bà mẹ thường hay than phiền: "Trời sinh ra cái tính ấy, chứ tôi có dạy nó thế đâu". Ta cứ coi một đứa trẻ 3 tuổi chưa biết gì, nên tự do thể hiện, dọa dẫm, coi nó như đồ chơi, mà không biết rằng điều đó không hề có lợi cho sự phát triển của trẻ.

Tôi sẽ đi vào chi tiết cụ thể của việc dạy trẻ cho từng giai đoạn trong sự phát triển, kể từ ngày đầu tiên bé được sinh ra. Đối với mỗi giai đoạn, tôi cũng cố gắng đi vào chi tiết của việc luyện các kỹ năng, dạy thói quen tốt, cũng như đưa ra các biện pháp cụ thể và đơn giản để dạy các cháu về đạo đức. Xin nhắc lại: những kinh nghiệm tôi chia sẻ là dựa trên các tiêu chí riêng tôi lựa chọn. Mỗi gia đình đều phải có những lựa chọn của mình mới có thể đưa ra phương pháp phù hợp. Điều rất quan trọng trong việc giáo dục trí tuệ nằm ở việc dạy các cháu bốn kỹ năng: nghe, nói, đọc, viết từ ngày đầu tiên. Bốn kỹ năng này luôn bổ sung cho nhau, không thể tách rời.

Tôi mong ước mọi đứa trẻ sinh ra trên mảnh đất này đều có cái may mắn như con gái tôi: được nuôi dạy theo những kiến thức xác thực từ khi mới chào đời, được yêu thương và tôn trọng như một cá nhân đặc biệt, được khuyến khích để lớn lên một cách tự lập, có chính kiến và có quyềntham gia (khi còn nhỏ) và quyết định (khi đã lớn hơn) về những vấn đề liên quan đến bản thân.

Rồi một ngày, tôi vừa tiễn con lên sân bay tới Anh, ngồi hí hoáy trên mạng, vừa nhớ con da diết. Chợt nhớ con hay nói với tôi rằng: "Các bạn đều nói là con may mắn lắm, khi có mẹ là mẹ". Còn tôi thì muốn nói với con: "Mẹ may mắn lắm, khi có con là con, con gái yêu của mẹ".

Con gái tôi hay thật. Chưa đến 8 tuổi, sau khi đi trại hè ba tuần ở Anh về, con rất nghiêm túc nói với mẹ: “Con thấy trường ở Anh tốt hơn ở Việt Nam nhiều, con muốn sang đó học từ năm sau, mẹ ạ”. Sau vài tháng thảo luận, phân tích thiệt hơn đủ kiểu, tôi không đủ lý lẽ để giữ con lại. Vậy thì tìm trường cho nó thôi. Chưa đến 9 tuổi, tôi đem con sang trường nội trú mà lòng xót xa. Tôi không lo lắng, vì biết con rất tự lập, nhưng ... trái tim người mẹ. Vậy mà đến nay cũng đã hơn 7 năm rồi.

Hình như tôi hơi khác người, thường thì người ta nghĩ: con cái phải biết ơn sinh thành của bố mẹ. Còn tôi, tôi biết ơn con gái đã cho tôi cơ hội được làm mẹ, được có những niềm vui vô tận khi nhìn thấy con lớn lên. Tôi luôn dạy con cố gắng là chính bản thân mình, trong bất cứ hoàn cảnh nào cũng phải ngẩng cao đầu, vượt qua mọi hoàn cảnh. Và con đã làm được như vậy. Con đã vượt qua 7 năm xa nhà, để học không thua kém ai, để được tất cả bạn bè và thầy cô giáo thương yêu, nể phục.

Tôi mong con gái lớn lên trở thành một người vui vẻ, hạnh phúc, hài lòng với những lựa chọn của chính bản thân mình. Tôi mong con luôn được vây quanh bởi những người yêu thương và chân thành với mình. Con có thành đạt về sự nghiệp hay không, tôi không quan tâm nhiều. Hạnh phúc trong tương lai của con chính là sự thành công lớn nhất của người mẹ.

Và tôi cũng mong sao mọi trẻ em Việt Nam đều được nuôi dạy để khi lớn lên thành những công dân có trách nhiệm với bản thân và cộng đồng, có khả năng phân biệt rõ ràng đúng sai, phải trái, được quyết định tương lai của bản thân khi trưởng thành.

Xin tặng những bài viết này cho các ông bố, bà mẹ hiện tại hoặc tương lai, cho những bậc ông bà thuộc thế hệ tôi, đang giúp con nuôi dưỡng và chăm bẵm cháu chắt. Dù nó có ích cho chỉ một vài người, thì với tôi, đó cũng đã là niềm vui lớn.

Tôi xin dành nhuận bút của cuốn sách (và toàn bộ các cuốn khác trong tương lai – nếu tôi còn sức và khả năng viết) để tặng cho chương trình “Ngàn Máy Tính – Triệu Ước Mơ” – nhằm trang bị máy tính cho các trường học ở vùng xa – giúp các em tiếp cận với những nguồn thông tin bổ ích.

Cám ơn các em ở TransViet đã giúp tôi tập hợp những bài viết lẻ tẻ thành một quyển sách. Cám ơn Nguyễn Mạnh Hùng – Tổng giám đốc của Thái Hà Books đã gặp gỡ, thuyết phục và động viên để tôi có can đảm gật đầu đồng ý in cuốn sách này.

PHẦN I: Quan điểm chung

Xác định quan điểm nuôi dạy con và sự chuẩn bị

Theo quan điểm của tôi, việc "trồng người" là trách nhiệm của toàn xã hội. Trong bài viết này, tôi sẽ nêu vai trò của gia đình.

Từ thời điểm trẻ được sinh ra cho đến khi bắt đầu đi học, vai trò của gia đình là quan trọng nhất. Không ai có thể tác động đến các bé, nếu gia đình không cho phép. Như tôi quan sát, ở Việt Nam, ít ai coi trọng việc giáo dục con cái ngay từ thời điểm bé được sinh ra đến 3 tuổi – nhưng đó chính là giai đoạn "bản lề" trong việc định hình tính cách của một con người. Trong giai đoạn này, mọi điều diễn ra xung quanh được các bé chụp ảnh và tiếp nhận không điều kiện. Giai đoạn từ 3 đến 6 tuổi, các em đã bắt đầu biết suy nghĩ, đánh giá sự việc, khả năng tiếp thu kiến thức và kỹ năng có ý thức được định hình, từ từ thay thế cho sự tiếp thu vô thức.

Tương tự như vai trò của Bộ Giáo dục đang làm là đặt bài toán "vĩ mô" cho giáo dục của đất nước, từng gia đình cũng phải đặt bài toán về giáo dục con cái, tốt nhất là trước khi các cháu được sinh ra. Mục đích của bài toán là thống nhất được quan điểm chủ đạo giữa các thành viên trong gia đình về các vấn đề cơ bản, liên quan đến việc nuôi và dạy con. Trên cơ sở quan điểm chủ đạo này, sẽ phải lập ra một kế hoạch chi tiết cho việc thực hiện, chia ra các giai đoạn từ khi đứa trẻ được sinh ra, cho đến khi trưởng thành (18 tuổi theo tiêu chuẩn các nước phương Tây, còn ở Việt Nam hiện đang trễ hơn nhiều).

Trong phần này, tôi xin được nêu cách xác định quan điểm nuôi dạy con:

Bố mẹ phải xác định muốn con trở thành người thế nào, nói rõ hơn là xác định mục đích bố mẹ muốn đạt được về việc nuôi dạy con.

1. Về đạo đức và cá tính: Ví dụ, lúc sắp sinh con, tôi xác định các cá tính TÔI MUỐN con tôi sẽ có, đó là:

- Trung thực, thẳng thắn và chân thành.
- Nhạy cảm, biết thông cảm và chia sẻ, giúp đỡ những người kém may mắn nhưng không để những người lười biếng lợi dụng.
- Quyết tâm, kiên trì, có bản lĩnh để thực hiện những điều mình mong muốn và thực hiện đến cùng.
- Vui vẻ, biết tìm và hưởng thụ những niềm vui lành mạnh...

Danh sách này của tôi kéo dài độ 10 dòng, có thể được bổ sung hoặc lược bớt theo thời gian.

2. Về trí tuệ: Những điều tôi muốn con phải có:

- Phải có logic tốt để có thể phân biệt đúng – sai – phải – trái trong mọi trường hợp, dựa trên những chuẩn mực tri thức và đạo đức để phân tích, chứ không chạy theo ý kiến số đông.
- Luôn xem xét mọi vấn đề xảy ra một cách trình tự, để hiểu rõ nguyên nhân và hậu quả.
- Ham hiểu biết, không chấp nhận sự trì trệ và việc suy nghĩ theo lối mòn.

3. Về học vấn: Bố mẹ muốn con học thế nào, học cái gì và mong đợi kết quả ra sao? Tôi muốn con tôi:

- Được học trong môi trường mà ở đó, con được tôn trọng như một cá nhân lành mạnh.
- Được học những môn giúp con phát triển trí tuệ và thể chất một cách hợp lý.
- Được phát hiện và phát huy tối đa khả năng của mình.
- Tôi tự nhủ: TÔI SẼ KHÔNG BAO GIỜ ÉP CON HỌC để lấy thành tích, học chỉ để tôi được tự hào vì con.

4. Về cuộc sống: Bố mẹ muốn cho con sau này có cuộc sống ra sao?

- Thành đạt: Cụ thể ta hiểu thành đạt là thế nào. Ví dụ, rất nhiều ông bố bà mẹ Việt Nam muốn con học giỏi để sau này tìm được việc làm lương cao, giàu có và coi đó là điều kiện tiên quyết để được coi là thành đạt. Riêng tôi, tôi muốn con học để trang bị cho bản thân những kiến thức có ích (cho mình và cho xã hội). Tôi mong

con sử dụng những kiến thức đó để nuôi sống mình và gia đình, giúp đỡ mọi người và góp phần cống hiến cho xã hội.

- Hạnh phúc: Bố mẹ hiểu thế nào là hạnh phúc và niềm vui trong cuộc sống thì mới có thể giúp con trở thành người như thế.

5. Về ăn uống:

Hầu hết các ông bố bà mẹ đều muốn con lớn lên khỏe mạnh về thể lực, thông minh về trí tuệ, tôi cũng vậy. Nhưng vấn đề là không phải ai cũng có hiểu biết đúng, có kiến thức đầy đủ về dinh dưỡng và hiểu rõ thế nào là lối sống lành mạnh. Hiện nay, sách, tài liệu về dinh dưỡng trẻ em, trong đó các quan niệm có thể trái chiều, thậm chí đối nghịch nhau, làm cho các bậc bố mẹ bị "rối mù". Riêng về ăn uống và chế độ dinh dưỡng từ lúc con mới sinh, tôi mắc khá nhiều sai lầm, tuy không để lại hậu quả trầm trọng, nhưng cũng gây một số tác động tai hại về sức khỏe lâu dài của con. Tôi đang cố gắng cùng con khắc phục những hậu quả đó.

Tóm lại, nếu ai thực tâm muốn nuôi dạy con và kiểm soát được quá trình đó, thì phải làm bài tập của mình trước: xác định mục đích và quan điểm nuôi dạy con.

Tôi vẫn hay trăn trở cái gì đang xảy ra với nền giáo dục Việt Nam? Các bậc phụ huynh thì nghĩ trách nhiệm gia đình là chăm sóc sức khỏe và dinh dưỡng, còn việc học hành là trách nhiệm của xã hội, cụ thể là của Bộ Giáo dục. Tôi thì nghĩ:

- Hãy tự trách mình, trước khi trách người khác.

- Hãy tự cứu con mình, trước khi ai đó có thể cứu.

Trong một bài viết, anh Lương Hoài Nam[1] đã nói về thực trạng nền giáo dục "ảo và dối trá" của Việt Nam. Vậy cái gì gây nên tình trạng này?

Nếu mổ xẻ thật sâu về quá khứ, thì nguồn gốc của tình trạng này bắt nguồn từ một số truyền thống trước đây được coi là tốt đẹp của dân tộc ta:

- Quá coi trọng sự học, mà về bản chất là học gạo, học lý thuyết, học để mong được làm thầy, để đứng trên đầu thiên hạ. Truyền thống thi cử để được làm quan bắt nguồn từ bao đời nay trở thành "lý tưởng" trong cuộc sống của nhiều thế hệ. Những người thế hệ tôi hoặc sau đó một chút, không thể quên những tác phẩm như *Lều chõng*, *Sống mòn* và cũng thuộc lòng những lời nói được truyền từ đời này sang đời khác: "Một người làm quan, cả họ được nhờ", hoặc đưa hình ảnh mẫu mực của sự tự hào khi người vợ có chồng đỗ đạt làm quan "Võng anh đi trước, võng nàng theo sau"... Ở một xã hội mà vai trò các thầy đồ được đề cao quá đáng, mặc dù họ không làm được việc gì cho ra cơm ra gạo, để cho vợ tất bật, tần tảo kiếm miếng ăn nuôi cả nhà, hàng ngày cơm bưng nước rót hầu hạ. Còn việc của các thầy là chỉ ngồi "rung đùi" đọc sách "thánh hiền"?

- Xã hội quá coi trọng nề nếp phong kiến: Tôi trung phải phụng sự vua, con cái phải tuyệt đối nghe lời bố mẹ, học trò luôn nghe lời thầy cô giáo, bất kể đúng sai.

Những quan niệm đó đã ăn sâu vào suy nghĩ của mọi tầng lớp dân cư trong xã hội : khi mà đa số đều muốn con mình được "ngồi ghế trên" trong "canh bạc" cuộc đời.

Còn nhớ, lúc tôi tầm 11 hay 12 tuổi, chị gái tôi (lúc đó khoảng 25 tuổi), từng ao ước: "Ước gì sau này cái Hà lấy được thằng nào làm to, để cho bố mẹ và chị được đi nhờ ô tô cho oai". Đang nằm đọc sách, tôi ngồi bật dậy: "Em chẳng cần lấy ai để đi ô tô. Nếu đi ô tô, thì đó là ô tô của em".

Cả một xã hội với đa số suy nghĩ như vậy mà có nền giáo dục lành mạnh mới là sự làm ta phải ngạc nhiên.

Nhưng ngạc nhiên hơn là lớp bố mẹ trẻ của ngày hôm nay (đang ở lứa tuổi dưới 40), cũng tự nguyện chấp nhận hệ tư tưởng đó và tiếp tục "nhồi nhét" cho thế hệ sau bằng chính những lý luận tương tự. Dĩ nhiên, theo quy luật cung – cầu, thì "Thượng đế là khách hàng" muốn gì, sẽ có ngay các "nhà cung ứng" sẵn sàng bán những sản phẩm, dịch vụ đó. Tôi đã nghe những ông bố bà mẹ ca cẩm về việc con bị ép học quá tải ở trường Việt Nam, chuyển con sang học trường quốc tế. Rồi một năm sau, nhiều người trong số đó lại than phiền: con học trường quốc tế nhàn quá, chẳng thấy có bài tập về nhà? Thế là những ông bố bà mẹ này lại hí hoáy đi tìm giáo viên để "nhồi" thêm cho con vào buổi chiều và tối để cho "yên tâm"???

Với các gia đình mà bố mẹ có chủ ý đẻ con ra để sau này có người "trả công sinh thành" và "báo hiếu", tôi xin không có ý kiến. Họ có mục đích rõ ràng của họ: đẻ con ra để sau này có người phụng dưỡng suốt đời, hoặc để cưới vợ về làm người giúp việc. Với các ông bố bà mẹ này, nuôi dạy sao cho con phải phụ thuộc vào mình, cả về tình cảm lẫn vật chất, là mục đích rõ ràng. Họ có thể sử dụng tình thương và của cải vật chất để ràng buộc con cái trong mớ bòng bong của đạo đức và lễ nghĩa, luôn muốn con cái ở bên cạnh để "mua vui" cho bố mẹ, nấp dưới danh nghĩa "báo hiếu". Nhiều người cố tưởng tượng rằng con cái cũng lấy việc báo hiếu suốt đời là niềm vui và niềm hạnh phúc vô tận của chúng.

Tôi chỉ muốn chia sẻ với các bạn trẻ và không còn trẻ lắm, những người thật sự yêu thương con vì bản thân chúng, thực lòng muốn con hạnh phúc, thành đạt, có trách nhiệm với bản thân và gia đình riêng của chúng sau này nhưng chưa biết phải làm gì. Các bạn hãy biết rằng: tiền bạc cần cho cuộc sống, nhưng không bao giờ được là mục đích chính hoặc duy nhất. Nếu quá nghèo, sẽ không có hạnh phúc. Nhưng cũng rất ít người giàu được biết đến niềm hạnh phúc thực sự. Con bạn có thể không giàu có, nhưng sẽ không bao giờ nghèo, nếu chúng được dạy dỗ để có lòng tự trọng, biết suy nghĩ và suy nghĩ có logic bằng chính cái đầu của mình, biết dùng bàn tay và khối óc làm việc một cách cần cù, trung thực. Liệu bao nhiêu tiền để bạn coi là mình giàu, nếu đồng tiền được chi cho những bữa tiệc tùng với rượu ngoại chất đống, mỗi chai giá hàng chục triệu? Biết bao nhiêu là đủ, nếu vài chục cái túi, vài trăm đôi giày, rồi váy áo hàng hiệu chất đầy nhà?

Điều đầu tiên và cơ bản trước khi quyết định dạy con thế nào, hai vợ chồng bạn phải xác định rõ ràng về tư tưởng và tâm lý của chính mình: đừng dồn mọi mong ước về tương lai của con vào hai chữ THÀNH ĐẠT (mà ý nghĩa thực sự là kiếm được nhiều tiền). Hãy cho con nếm trải (và qua đó, dạy chúng) những niềm vui khác trong cuộc sống. Hãy nén những bực bội của một ngày làm việc, ngồi cạnh con, bình tĩnh, vui vẻ giúp chúng giải một bài toán khó (tôi nhắc lại là phải vui vẻ, chứ thường thì các bậc phụ huynh quát tháo con om sòm khi kèm chúng học), hoặc cùng đọc một cuốn truyện hay. Đã bao giờ bạn bật nhạc lên, rồi cả nhà ôm nhau nhảy múa, hát hò vui vẻ? Mỗi ngày hãy dành ít nhất một tiếng để trở lại, hòa vào với tuổi thơ của con – rồi chính bạn cũng sẽ thấy quên bớt mệt mỏi – đó có phải là hạnh phúc? Tôi tin cái hạnh phúc, niềm vui đơn sơ đó sẽ theo con bạn suốt cuộc đời, sẽ cho chúng hiểu rằng: không chỉ có tiền mới có niềm vui và hạnh phúc. Và niềm vui đó sẽ được chúng truyền cho con cái chúng, từ đời này sang đời khác. Sự thay đổi tích cực của xã hội cũng bắt nguồn từ đây.

Tôi thấy rất nhiều người kêu ca về việc dạy và học thêm: ai bắt được con bạn học thêm, nếu không phải là chính bạn? Nếu ai cũng dành thời gian học cùng con (có sách giáo khoa mà) và từ chối cho con đi học thêm thì thầy cô giáo cũng không thể ép, chẳng lẽ lại đi “trù úm” và cho điểm kém tất cả học sinh trong lớp? Chính thầy cô cũng phải bảo vệ thành tích của mình nên sẽ chẳng dám làm vậy. Chỉ vì đông phụ huynh đồng ý cho con đi học thêm, thầy cô giáo mới dám ép uổng “thiểu số”. Vậy chính các bạn vì lười dành thời gian cho con, vì thiếu kiên trì, vì tâm lý “bỏ tiền mua tiên cũng được nữa là mua kiến thức”, và một số người vì muốn “dĩ hòa vi quý”, mọi người sao tôi vậy, cho khỏi mất lòng thầy cô giáo, cho các phụ huynh khác không chê bai mình “keo kiệt” đã, nhắm mắt mặc “thế sự xoay vần” với việc học hành, nuôi dạy con cái của chính mình.

Vậy thì xin đừng ngồi đó mà kêu trời kêu đất, hãy tự cứu lấy con của mình, trước khi nhờ ai đó cứu. Nếu số đông chúng ta xác định: TRỒNG NGƯỜI – TRƯỚC TIÊN LÀ TRÁCH NHIỆM CỦA GIA ĐÌNH, CỦA BỐ MẸ, chắc chắn quy luật thị trường sẽ đào thải những gì không phù hợp, chắc chắn sẽ ra đời những tổ chức giáo dục lấy học sinh làm trung tâm: dạy các em thành người, chứ không phải thành cái máy kiếm tiền, dạy các em biết phân biệt thế nào là đúng sai, phải trái; biết tìm kiếm hạnh phúc và niềm vui chân chính cho mình, cho gia đình và xã hội.

Để các ông bố bà mẹ dễ thực hiện, tôi xin chia sẻ chi tiết hơn cách khắc phục như sau:

1. Sự đàn áp: Nếu bố mẹ không muốn là những “kẻ đàn áp” thì trước tiên, phải xác định rõ mình muốn con trở thành người như thế nào trong tương lai, rồi thống nhất thành những giá trị cốt lõi của gia đình, sau đó đưa ra các bước cụ thể để các thành viên trong gia đình phải tuân thủ thì mới có thể thực hiện được một cách lâu dài và nhất quán. Ví dụ:

Về đạo đức: Tôi muốn con gái thành người trung thực, có bản lĩnh, tôn trọng người xung quanh, biết phân tích và phân biệt đúng – sai trong mỗi trường hợp để quyết định hành động cá nhân. Con phải là người tự lập, có trách nhiệm với bản thân, gia đình và xã hội. Con cũng phải hiểu giá trị của tri thức và kiến thức do học vấn mang lại, hiểu giá trị của lao động, giá trị của đồng tiền – biết cách sử dụng đồng tiền để đem lại cho cuộc sống những điều tốt đẹp.

Về sinh hoạt: Tôi muốn con thành cô gái giản dị, coi trọng các giá trị thực chất thay vì sự phô trương bên ngoài. Mặt khác, con nên là người dễ tính và biết hòa đồng trong sinh hoạt. Điều rất quan trọng là tôi muốn con luôn sống chân thật và có nguyên tắc…

Tôi xác định trẻ con sinh ra không tự biết mọi điều và cũng không thể nhớ "nằm lòng" những bài giảng đạo đức của người lớn. Vậy thì nếu bạn muốn con làm gì, cư xử ra sao, hãy nói rõ với con một cách nhẹ nhàng và điều rất quan trọng là giải thích thật rõ tại sao bạn lại yêu cầu chúng làm vậy. Việc nêu rõ yêu cầu và lý do của yêu cầu đó phải được nhắc đi nhắc lại một cách kiên trì với thái độ vui vẻ và đúng lúc. Ví dụ cháu có ông bà nội hoặc ngoại khó tính, thay vì bắt cháu phải nghe lời ông bà, phải yêu ông bà, bạn nên thủ thỉ với con: "Mẹ biết ông (bà) khó tính, nhưng mẹ con mình phải tìm cách giải quyết vấn đề đó. Con muốn được ông bà đối xử thế nào?". Sau đó, bạn cùng con liệt kê ra những gì mà con bạn coi là vô lý, giải thích cho con những gì đúng và những gì chưa đúng trong quan điểm của ông bà, bàn với con hướng giải quyết. Bằng cách này, bạn sẽ dạy con được rất nhiều điều: khả năng phân tích và phân biệt đúng, sai, cách xử lý vấn đề… Sau đó, hãy có những buổi làm việc rất nhẹ nhàng, nhưng cương quyết với các cụ về việc nuôi dạy con cái.

Bạn phải cương quyết sửa thói quen càu nhàu, quát tháo, lấy chuyện nọ xọ chuyện kia, ép buộc con một cách vô lý. Để làm được vậy, mỗi khi có gì đó không vừa ý với con, bạn hãy tự nghĩ: việc con làm có gì sai không, có gì vi phạm các quan điểm đã được nói rõ từ trước về đạo đức, sinh hoạt hay chỉ bất chợt là "sự ngứa mắt" của cá nhân bạn tại thời điểm đó? Nếu không nhất quán, mà luôn "ra chỉ thị" cho con một cách ngẫu hứng, bạn sẽ ở tư thế dùng quyền của bố mẹ để "đàn áp" con, bắt con làm theo. Thay vì ra rả suốt ngày bắt con học, bạn hãy cùng con bàn bạc và lên lịch (học, chơi, các sinh hoạt khác…) từng ngày trong tuần, giúp con kiểm soát việc thực hiện lịch đó. Và điều quan trọng nhất: hãy công bằng khi cư xử với con.

2. Tạo khoảng cách: Trong cuộc sống hiện đại, các bậc bố mẹ trẻ Việt Nam chưa được chuẩn bị tâm lý đủ để có trách nhiệm với việc sinh con, mà thường là đẻ con vì ông bà giục, vì thấy mọi người đều làm vậy… Rồi cuộc sống bộn bề với bao lo nghĩ và ý thích cá nhân làm họ quá bận bịu mà quên rằng: điều con cần nhất là thời gian và sự chia sẻ, hướng dẫn, dìu dắt đúng lúc và hợp lý của bố mẹ. Vậy thì trước tiên, hãy xác định rõ: có con là ý muốn của hai vợ chồng và chỉ nên thực hiện ý muốn đó khi mình có thời gian dành cho việc nuôi dạy con (bao gồm cả thời gian đọc và học cách nuôi dạy). Hãy dành thời gian đọc cho con nghe từ ngày đầu tiên ở bệnh viện phụ sản về thay vì chỉ tập trung vào việc nhồi nhét cho con ăn uống thật nhiều. Khi đọc, hãy đọc thật chậm, phát âm đúng và chỉ tay vào dưới từng từ mà bạn đọc. Con có nhìn vào đó hay không, không quan trọng. Khi con lớn lên một chút, hãy cùng chúng ca hát, chơi đùa, nhảy múa. Hãy tâm sự với con những suy nghĩ, niềm vui và nỗi buồn của bạn, bằng những từ ngữ dễ hiểu nhất. Hãy nhớ lại "thời thơ ấu" của chính bạn, để hiểu tâm tư, ước vọng, suy nghĩ của con.

3. Tỏ ra tự phụ: Như trên đã trình bày, nếu bạn cùng gia đình xác định rõ những nguyên tắc về đạo đức và nhất quán làm theo những nguyên tắc cơ bản đó, bạn sẽ không gặp phải vấn đề này. Trừ khi các ông bố bà mẹ nhầm lẫn về đạo đức, nhầm tưởng khoe khoang là biểu

hiện của thành đạt, coi thường người khác mới chứng tỏ mình “quan trọng và hơn người”, thì con cái thành như thế là chọn lựa của chính họ, họ không thể trách ai.

4. Luôn độc đoán: Lại trở về điều 1 – “sự đàn áp”. Khi không định ra nguyên tắc và không công bằng trong cư xử với con, bạn sẽ thành kẻ độc đoán, coi mình luôn đúng và con phải nghe theo trong mọi trường hợp. Bạn đã thành kẻ đàn áp rồi.

5. Dễ dãi đáp ứng các yêu cầu của con: Nếu bạn đặt ra một số quy định về các việc không được làm (ví dụ: không phá đồ đạc, không đánh người khác…), hãy đảm bảo là bạn kiểm soát được việc thực hiện. Trẻ rất tinh, chúng quan sát và biết cái gì làm cho bố mẹ sợ, để rồi dùng cách đó như một “vũ khí” kiểm soát mọi người, hoặc đạt được điều chúng muốn. Ngay từ lần đầu khi chúng ăn vạ, hãy rất nhẹ nhàng và cương quyết với chúng. Không dỗ, không an ủi, hãy nói rõ: “Con làm vậy không được gì đâu, đừng gây sức ép với bố mẹ”. Hãy bế con vào một phòng trống, để con ở đó và nói rõ: “Khi nào con chấm dứt việc la hét, khóc lóc, mẹ sẽ vào đón con ra”. Nếu bạn nhẹ nhàng nhưng cương quyết, con sẽ không bao giờ dám có thái độ ăn vạ.

6. Mua chuộc con bằng quà cáp, lời hứa: Ở đây, có mấy vấn đề: dạy con có trách nhiệm với bản thân, giúp con hiểu rõ nguyên nhân, hậu quả các hành động của mình. Các ông bố bà mẹ Việt Nam hay nghĩ hộ, làm hộ con mọi thứ sẽ làm cho chúng hiểu những việc đó là việc của bố mẹ chứ không phải việc của chúng. Ví dụ, thay vì nói học cho tương lai của chính con, bố mẹ lại nói học giỏi để bố mẹ vui lòng… Mọi việc sẽ có xu hướng “rối lên như canh hẹ” nếu ta không xác định rõ đó là việc của ai, ai phải chịu trách nhiệm, ai là người hướng dẫn, động viên và giúp đỡ. Hãy giải thích rõ lý do, dạy con cách làm và chuyển giao “quyền và trách nhiệm” cho con khi chúng đủ “kỹ năng” về trí tuệ, tâm lý và sức khỏe để làm những việc đó. Bố mẹ hãy “lùi lại” để làm vai trò động viên, khuyến khích, nâng đỡ khi chúng sai lầm. Nếu bạn đã hứa điều gì, hãy cố thực hiện bằng được. Vì bất cứ lý do gì khiến bạn không thực hiện được lời hứa, hãy xin lỗi con và giải thích cặn kẽ lý do vì sao bạn thất hứa.

Vấn đề tiếp theo:

1. Làm sao cho con trở thành người tự tin, kiên trì và quyết tâm

2. Làm sao kiểm soát và giới hạn thời gian sử dụng thiết bị điện tử (xem TV, chơi điện tử trên máy tính hoặc điện thoại)?

Trước tiên, câu trả lời của tôi là: muốn rèn luyện cho con cá tính nào, bố mẹ phải làm các bước sau:

- Đặt các mục tiêu rõ ràng cho những mong muốn của mình.
- Lập kế hoạch thực hiện mục tiêu.
- Thống nhất giữa các thành viên trong gia đình về mục tiêu và biện pháp, rồi phân công nhau thực hiện.

Tôi sẽ lấy ví dụ cụ thể của chủ đề 1: Bạn muốn con lớn lên trở thành người tự tin, kiên trì và quyết tâm. Trước tiên, hãy tự đánh giá mình một cách rất trung thực: mình có phải là người có những cá tính đó không?

- Nếu bạn là người có những cá tính đó tốt quá. Nhưng từ trước đến nay, bạn chỉ tự tin, kiên trì và quyết tâm khi thực hiện những công việc của chính bản thân mình, vậy làm sao để dạy cho trẻ điều đó? Hãy nhớ rằng: bạn càng bắt đầu sớm, mọi việc càng dễ dàng.
- Nếu con còn bé: Dạy trẻ đều phải được bắt đầu bằng cách "chơi" với chúng. Hãy kiên trì dành ít nhất 1 – 2 tiếng mỗi ngày để đọc và chơi với con. Vì trẻ nhỏ rất chóng chán, không được ép chúng làm việc gì khi chúng đã chán hoặc chưa thấy thích. Ví dụ, khi đọc sách cho con nghe, bạn phải tìm các quyển sách có tranh vẽ đẹp, nội dung dễ hiểu. Tốt nhất là vừa đọc vừa đóng kịch cùng nhau theo nội dung của sách. Khi bé bắt đầu đi học, nếu có khó khăn về bài vở, bạn phải kiên trì, nhẹ nhàng và vui vẻ để hỗ trợ bé. Nếu bạn không thể kiên trì và quyết tâm dành thời gian để dạy con MỘT CÁCH VUI VẺ, làm sao lớn lên con bạn kiên trì được?

- Rèn luyện sự tự tin: Nguyên tắc nằm lòng ở đây là bố mẹ hãy hạn chế tối đa việc sử dụng từ KHÔNG. Hãy uốn lưỡi bảy lần trước khi quyết định nói KHÔNG với bất cứ điều gì. Hồi con gái tôi còn bé, mẹ con tôi có trò chơi rất buồn cười: mỗi khi đi chơi, hai mẹ con hay để ý các ông bố bà mẹ khác hành xử thế nào và nói bao nhiêu từ KHÔNG với con trong một khoảng thời gian nhất định. Có lần, chỉ trong 10 phút, chúng tôi nghe một bà mẹ nói từ KHÔNG tới 9 lần với cô con gái nhỏ. Khi thấy con bé ngồi sụp xuống nhặt cái gì đó ở mặt đất, bà mẹ rú lên: "Không được nghịch đất, lại giun sán bây giờ". Con gái tôi hỏi: "Sao lấy tay nghịch đất mà lại bị giun sán hả mẹ". Tôi cười trả lời: "Vì cô đó sợ bé nghịch đất rồi cho tay vào mồm hoặc cầm đồ ăn". Con liền hỏi tiếp: "Thế sao cô ấy không bảo bạn là phải rửa tay trước khi cho tay vào mồm và trước khi ăn, giống như mẹ vẫn dặn con?". Rồi khi thấy con tung tăng chạy nhảy, bà mẹ trẻ đó cũng kêu lên: "Không chạy nhiều thế, mồ hôi ra rồi lại cảm". Tóm lại, toàn thấy KHÔNG là KHÔNG. Vậy thì làm sao đứa trẻ lớn lên thành người tự tin, can đảm, dám đối diện với thử thách được?

Một nhà giáo dục phương Tây đã viết: Một nguyên tắc quan trọng, đề nghị các bậc bố mẹ hãy thuộc nằm lòng, đó là không bao giờ được nói KHÔNG với những việc làm hay hành động của trẻ, nếu như hành động đó không làm hại chính con hoặc người khác. Bé thích nghịch nước, hãy đưa vào lịch mỗi ngày cho bé nghịch nước 15 phút, nhân đó dặn bé: "Nghịch nước xong phải lau khô người, không nên mặc quần áo ướt, sẽ dễ bị cảm". Khi buộc lòng nói KHÔNG với trẻ, bạn phải giải thích cặn kẽ và rõ ràng với chúng là TẠI SAO KHÔNG ĐƯỢC LÀM VIỆC ĐÓ. Đừng bao giờ nói rằng: vì mẹ là mẹ, nên có quyền cấm con.

Tôi có dịp tiếp xúc với nhiều đứa con của bạn bè thân thiết. Khi còn bé, chúng ngây thơ, láu lỉnh, nhanh nhẹn và thông minh. Sau vài năm gặp lại, nhiều cháu làm tôi thực sự ngạc nhiên: cháu rụt rè, sợ sệt, có hỏi đến chỉ ậm ừ hoặc cúi đầu. Sao vậy nhỉ? Thì ra vì quan niệm của các bậc cha mẹ: chúng lớn rồi, phải gò ép và rèn kỹ, không chúng sẽ hư. Vậy là bố mẹ cố gắng quan sát chúng mọi lúc mọi nơi, thậm chí rình mò con, để biết chúng có làm gì dại dột,

có chơi với bạn xấu, có bị bạn lừa, thậm chí xem trộm nhật ký, email của con. Bằng cách đó, không những các bạn đang làm mất sự tự tin của con, mà còn làm mất lòng tin của chúng vào bố mẹ.

Cũng xin nhắc các bậc bố mẹ một xu hướng ngược lại, gây tác hại không kém: đó là việc luôn coi con cái là thần đồng, suốt ngày khen ngợi bất cứ lời nói và việc làm gì của chúng rồi liên hệ với mầm mống của thiên tài sau này. Thời gian qua, ta cũng gặp không ít các cháu ở lứa tuổi mười tám đôi mươi, tự cho mình là thần đồng, cái gì cũng nghĩ là mình biết. Thường các cháu này trở nên rất hiếu danh, muốn nổi tiếng "xổi" bằng bất cứ giá nào. Còn các bậc bố mẹ thì luôn tự hào, cổ vũ cho sự hiếu danh, coi đó là sự thành công.

Làm thế nào để kiểm soát và giới hạn thời gian xem TV và chơi game? Khi con còn bé, bố mẹ muốn rảnh rang làm việc này việc khác, để chúng khỏi quấy, để mình có thời gian xem TV và chat với bạn bè, cách tiện nhất là cho chúng ngồi trước màn hình hoặc đưa cho con cái điện thoại cầm tay. Chính bạn là người khiến con bị "nghiện" mà! Nếu hễ về đến nhà là bạn bật TV, con chắc chắn sẽ nghiện TV. Ngay khi sinh con gái, tôi đã đề ra một nguyên tắc trong gia đình: không được bật TV khi có mặt bé ở đó. Đến nay, con tôi chẳng hề màng đến TV, cũng chẳng bao giờ chơi game. Còn khi lớn hơn, tôi có một nguyên tắc: hễ con gái về nhà trong các kỳ nghỉ, đúng 10 giờ tối đi ngủ và không được đem máy tính vào phòng ngủ. Hãy cùng con lập lịch cho mỗi ngày trong tuần và chỉ dành tối đa 30 phút/ngày cho việc xem TV hoặc chơi điện tử. Việc này yêu cầu các bậc cha mẹ phải thật cương quyết để nói KHÔNG khi con mè nheo đòi nhiều thời gian hơn.

Mọi việc phụ thuộc vào chính bố mẹ, những người đầu tiên đặt nền tảng cho các cá tính và thói quen tốt cũng như xấu của con mình.

Hãy kiên trì khi dạy con

Nhiều bà mẹ hỏi: Có cách gì để con nghe lời, không bướng bỉnh, lì lợm? Làm sao khắc phục tình trạng bố mẹ nói cái gì con cũng cãi không chịu làm hoặc ì ra? Nhưng chưa ai hỏi tôi câu hỏi quan trọng nhất: nguyên nhân nào dẫn đến việc trẻ bướng bỉnh, lì lợm, không nghe lời?

Đó là vì các bậc bố mẹ đang lấy mình là chủ thể, muốn giải quyết cái ngọn – làm sao cho trẻ nghe lời, mà ít khi tự hỏi mình đã làm gì khiến con trở nên như vậy? Liên quan đến chủ đề này, nếu muốn thành công, chúng ta hãy sẵn sàng thay đổi quan niệm về giáo dục con cái.

Vốn là một nước phong kiến, thế hệ chúng tôi đều được dạy: con cái phải nghe lời bố mẹ. Người lớn tuổi hơn bao giờ cũng đúng. Chúng ta cũng thường dùng các biện pháp áp đặt, răn đe, cấm đoán để đối xử với con, mà ít khi nghĩ xem những tiêu chuẩn, nề nếp ta muốn áp đặt cho trẻ, bắt trẻ phải nghe theo có hợp lý, có giúp cho trẻ phát triển toàn diện hay chỉ vì ta là bố mẹ, ta có quyền thế và ta muốn thế? Có phải tình trạng ai có chức thì áp đặt cấp dưới, về nhà thì lấy quyền của bố mẹ để áp đặt con rất phổ biến ở Việt Nam? Đó cũng là một kiểu "ham quyền ham chức" của các bậc phụ huynh đấy.

Tôi không bao giờ dùng quyền lực người mẹ áp đặt con, kết quả là con không trở nên bướng bỉnh, lì lợm, hai mẹ con trở thành bạn bè, luôn ở cùng một bên "chiến tuyến" chứ không bao giờ đối đầu (tuy có thể khác nhau về quan điểm). Mẹ con tôi có thể rúc rích kể cho nhau nghe mọi chuyện và đến bây giờ, hai mẹ con ở bên nhau vẫn đùa nghịch như hai đứa trẻ thơ.

Ngay khi vừa sinh, tùy theo từng giai đoạn phát triển của trẻ, tôi đề ra những quy định phù hợp:

1. Từ khi mới sinh đến 7 – 8 tháng: Âu yếm con thường xuyên nhưng không bế nhiều và cương quyết không bế khi con dùng tiếng khóc để đòi bế. Bằng cách này, tôi dạy cho con được mấy bài học:

- Không thể dùng tiếng khóc (rồi sau này là la hét, giận dỗi, bỏ ăn…) như một vũ khí nhằm đạt được ý muốn cá nhân.
- Tính kỷ luật.
- Phương tiện để giao tiếp không phải là tiếng khóc hoặc các hành động tiêu cực.

2. Từ 8 tháng (bé biết đi lúc 8 tháng) đến 1 năm: Tôi bắt đầu đề ra các quy định trong sinh hoạt: giờ ăn, giờ ngủ, giờ đọc sách và những điều cấm (bé không được làm). Tôi viết rõ những

điều này lên một trang giấy, đọc cho bé nghe, giải thích rõ lý do của những điều cấm, hỏi bé có ý kiến gì không (dĩ nhiên là bé gật, vì thực sự những việc này đã thành nếp). Sau đó, tôi nói với bé: "Mẹ con mình ký thỏa thuận nhé". Tôi lấy bút ký một bên, rồi bôi mực vào ngón tay trỏ của bé, "điểm chỉ" vào một bên. Bé khoái chí lắm, cười khanh khách. Tôi dán luôn thỏa thuận đó vào cửa tủ lạnh, rồi thỉnh thoảng đọc lại cho bé nghe. Ngoài những điều cấm, bé được tự do làm tất cả các việc khác phù hợp với lứa tuổi. Ví dụ, lúc đó, tôi chỉ có 2 điều cấm:

- Khóc lóc hoặc có các hành động "ăn vạ" để vòi vĩnh thứ gì đó.
- Không tuân thủ lịch sinh hoạt đã thống nhất.

Tôi cũng họp cả nhà, giải thích rõ về thỏa thuận, để mọi người biết và tuân thủ trong cư xử với bé. Trong nhà tôi, không ai có thể can thiệp vào lịch sinh hoạt của con, cũng không ai có thể lên án là bé hư nếu bé không vi phạm vào điều cấm (tôi nghĩ pháp luật cũng nên thế – không cấm thì nghĩa là cho phép). Nếu có gì phát sinh ngoài những điều đã thỏa thuận, tôi đều bàn bạc với con, rồi bổ sung hoặc bớt điều cấm một cách hợp lý. Bằng cách đó, tôi dạy bé từ khi rất nhỏ về sự công bằng, sự bình đẳng giữa các thành viên trong gia đình. Tôi luôn giải thích rất kỹ càng về nguyên nhân, hậu quả, lý do tại sao được làm cái này, không được làm cái kia. Vì vậy, con gái tôi có thói quen phân tích mọi việc xung quanh một cách thấu đáo, để rút ra kết luận cho mình. Có những lúc, bé cũng thử giới hạn bằng cách vi phạm thì tôi cương quyết áp dụng biện pháp để chấm dứt. Ví dụ có 1 lần, bé khóc để đòi cái gì đó, tôi nhẹ nhàng và bình thản nói: "Khóc là quyền của mỗi người, miễn là không làm ảnh hưởng đến người khác. Con đang làm ảnh hưởng đến người khác, vì con khóc to, mọi người đau đầu. Vậy từ nay, khi con muốn khóc, mẹ sẽ cho con vào phòng khách và đóng cửa lại để khỏi ảnh hưởng đến mọi người. Con cứ khóc thoải mái, bao giờ chán thì bảo mẹ là "Con khóc chán rồi", mẹ sẽ mở cửa cho con ra nhé". Tôi dẫn bé vào phòng khách, nhẹ nhàng khép chặt cửa lại, rồi làm tiếp việc của mình. Chỉ độ 1 phút sau, tiếng khóc im bặt. Sau 1 – 2 phút, tôi thấy con gọi to: "Mẹ ơi, chán, chán, con ra". Vậy là xong, sự việc không hề lặp lại.

3. Tôi có nguyên tắc: Khi bé đã biết đi, tôi không bế nữa và cũng cho bạn bè luôn cái xe đẩy. Tôi giải thích rõ: chân là để mình đi, nếu mình không sử dụng để đi, nó sẽ yếu dần và mình đi không vững. Trước khi đưa bé đi đâu, tôi đều bàn kỹ với bé về kế hoạch và nói rất rõ là cần đi bộ bao nhiêu thời gian. Tôi thường dùng cách này: "Hôm nay mình đi chơi, con sẽ phải đi bộ 2 tiếng. Nếu lúc nào con mỏi chân, mình có thể ngồi nghỉ. Con cũng có lựa chọn nữa: nếu không muốn đi bộ, con ở nhà". Tất nhiên là bé thích đi chơi. Có lần, bé kêu mỏi chân, đòi bế. Tôi thản nhiên: "Mẹ nói trước rồi, mình phải đi bộ 2 tiếng. Nếu con mỏi, mình ngồi nghỉ đến bao giờ hết mỏi sẽ đi tiếp".

Vậy muốn trẻ nghe lời, chính người lớn phải biết rõ: ta muốn chúng nghe lời những việc gì? Nếu ta có quy định rõ ràng, đã được con đồng ý và cả nhà thống nhất, chúng sẽ tuân thủ. Tất nhiên, chúng sẽ ngó nghiêng để thử xem có "vượt rào" được không. Nếu tất cả người lớn trong nhà cương quyết, mọi việc sẽ vào nếp rất nhanh. Đôi khi, có những lần, bà thấy thương cháu quá, cứ thuyết phục tôi: "Nó còn bé, biết gì, con làm vậy tội nghiệp". Nhưng đến bây giờ, ai cũng nói là con may mắn vì đã được tôi nuôi dạy như vậy. Con tôi luôn tự hào và hay khoe với bạn bè về điều đó.

Nếu ta ép buộc trẻ làm việc gì đó, nhưng lại không dành thời gian giải thích rõ lý do (nguyên nhân và hậu quả), sẽ có 3 tình huống xảy ra:

- Trẻ luôn nghe lời người lớn, làm theo chẳng cần suy nghĩ gì: bạn đang tạo nên những đứa trẻ thụ động, không có suy nghĩ riêng. Sau này, khi chúng lớn lên, sẽ có lúc bạn lại mắng chúng: "Sao mà mày ngu thế hả con? Ai bảo gì cũng nghe?". Bạn đã dạy chúng thế mà!

- Trẻ buộc phải nghe và làm theo mà trong lòng ấm ức, thấy bố mẹ (người lớn) toàn là những người vô lý. Tình trạng này sẽ dẫn đến nhiều hậu quả: khoảng cách giữa bố mẹ và con cái là "mênh mông biển rộng". Nếu ức chế quá, chúng có thể bỏ nhà, đến với bất cứ ai tỏ ra thông cảm với chúng, thậm chí bị trầm cảm, bị thần kinh, có những em tuyệt vọng quá còn tìm cách tự tử.

Trẻ trở nên lì lợm, bướng bỉnh (lúc còn nhỏ), thậm chí bất cần đời (khi lớn hơn). Cái gì ta nói ra chúng cũng coi là vô lý, chẳng cần suy nghĩ là ta nói đúng hay sai. Nếu con đã như vậy, có cách như sau:

Chuẩn bị tâm lý là phải thay đổi cách cư xử với con.

Chuẩn bị cho một cuộc nói chuyện nghiêm túc với trẻ, nội dung sẽ là trẻ nghĩ sao về bạn, những cái gì của người lớn trong nhà làm cho trẻ cảm thấy không hài lòng, tại sao và quan trọng nhất là trẻ muốn được bố mẹ đối xử thế nào?

Tiến hành buổi nói chuyện, nghe trẻ thật chăm chú và điều rất quan trọng là phải kiểm soát được mình. Nếu trẻ có nói gì chạm tự ái cá nhân và bạn nổi xung lên, bạn sẽ mất luôn cơ hội, lần sau, có cậy răng chúng cũng chẳng nói nữa. Hãy nhận lỗi nếu trẻ nói ra và bạn thấy mình vô lý. Hãy giải thích lý do một cách chân thành, nếu trẻ không hiểu nguyên nhân buộc ta phải làm vậy.

Phải thống nhất được với trẻ một thỏa thuận, viết nó ra một cách rõ ràng (cần thì hai bên ký vào), rồi thực hiện. Nếu bạn vi phạm, bạn sẽ bị phạt. Nếu trẻ vi phạm, phải thật cương quyết với trẻ.

Các bạn thấy đấy: DẠY CON KHÔNG HỀ DỄ. Tôi đã từng tư vấn, thậm chí cùng tham gia với bạn bè, để giúp họ giải quyết vấn đề với con cái và tôi rút ra kết luận:

- Trong 100% trường hợp, bố mẹ phải thay đổi. Nếu bố mẹ không thay đổi, sẽ không có kết quả gì.

- Rất nhiều ông bố bà mẹ, về tâm lý thì nghĩ là sẵn sàng nghe con nói, nhưng khi nói chuyện (có tôi chứng kiến), thì lại nổi giận, mắng con sa sả – thất bại hoàn toàn. Có người ít tệ hơn thì thanh minh thanh nga, cốt là để chứng minh rằng mình không có lỗi. Sự chân thành bao giờ cũng thắng, nếu bạn loanh quanh "chối tội", con sẽ nhận ra ngay.

- May mắn nhất là những ông bố bà mẹ sẵn sàng chấp nhận xin lỗi con và rất thật lòng muốn thay đổi vì tương lai của con và của chính mình. Hầu hết là tôi thành công với những ông bố bà mẹ này.

Để thực hiện được những điều trên, sự kiên trì và lòng yêu thương vô điều kiện với con là bí quyết cơ bản.

Tôi phải dặn thế, bởi vì điều quan trọng nhất là bố mẹ phải kiên trì. Sách dạy và mình thực hiện, nhưng nhiều lúc chờ 2 – 3 năm, chưa thấy mảy may kết quả, chính tôi cũng "phát sốt phát rét", nghi ngờ không biết mình bỏ bao nhiêu công, rồi có kết quả gì không.

Trong năm đầu tiên, con gái tôi luôn vui vẻ và bạo dạn. Lúc con độ 11 tháng, lần đầu tôi dẫn con đi chơi Hồng Kông. Một hôm, đang ăn tối ở nhà hàng ngoài trời, con ăn xong trước nên muốn tự đi chơi quanh quẩn xung quanh. Vì con gái tôi lúc đó đã đi khá vững, tôi để con tự do đi lại trong khu vực đó, còn tôi vừa ăn vừa theo dõi. Cái làm tôi buồn cười là con gái lẫm chẫm đi đến từng bàn có khách ngồi, đứng ngẩng đầu nhe răng sún cười với người lạ. Bàn nào thấy con đến cũng vui vẻ chào hỏi, thậm chí bắt tay. Cứ xong bàn này, con gái lại đi sang bàn khác. Tại một bàn có hai cô gái trẻ ngồi, đang mải mê trò chuyện nên không nhìn thấy con. Con gái tôi bé lũn chũn, đứng ngửa cổ há mồm nhìn các cô một lúc. Thấy không xi nhê gì, nàng bèn dùng tay sờ nhẹ lên đùi một trong hai cô, làm cô ta giật bắn người. Vậy là cả hai cô rối rít chào hỏi, con lại cười nhe răng sún để đáp lại rồi mới vẫy tay chào và đi sang bàn khác. Ấy vậy mà chỉ sau ngày sinh nhật đầu tiên, con gái tôi đột nhiên trở nên rất nhút nhát. Lý do là ngày sinh nhật, khách khứa đến đông quá. Ai cũng xông ra bế ẵm, hôn hít. Con gái tôi sợ chết khiếp, chỉ sau vài lần bị vậy là khóc ré lên ôm chặt cổ mẹ, không thể gỡ ra được. Tôi vừa sốt ruột, vừa thương con, nhưng chẳng biết làm sao. Con thôi nôi, mọi người đến chia vui, chẳng lẽ bế con đi trốn? Sau chỉ hôm đó, cứ có tiếng chuông cửa reo là con gái hốt hoảng khóc ré lên, chạy ra ôm chặt lấy mẹ. Cũng vì vậy, để rèn luyện lại tính bạo dạn cho con, đúng 17 tháng, tôi đành cho con đi nhà trẻ. Xin người lớn đừng thể hiện tình yêu thương bằng cách cứ xấn ra ôm nghiến lấy trẻ con, sẽ làm cho chúng sợ hãi mà trở nên nhút nhát, rất khổ cho bố mẹ và ảnh hưởng xấu đến tâm lý của trẻ con.

Chỉ sau một ngày sinh nhật giông tố mà khi đi trẻ lúc 17 tháng, cứ đến trường là con im thin thít. Có lần cô giáo hiệu trưởng trường mẫu giáo Fundino (người Anh) đã gọi tôi để trao đổi là cháu chậm quá, cứ im thin thít, không biết thần kinh có bình thường không, chắc không thể cho cháu lên lớp sau 1 năm học. Tôi nghe mà vừa buồn vừa nản, nhưng cố trấn an mình: những gì tôi dạy ở nhà, con tiếp thu rất tốt, chỉ đến trường thì thụ động thôi. Vậy là một ngày sinh nhật mà làm ảnh hưởng đến tâm lý con gái tôi tới 3 – 4 năm trời.

Tự nhiên, gần 4 tuổi, đồng thời với lúc biết đọc, con làm các cô giáo ở trường ngạc nhiên hết sức: chỉ trong vòng 1 tuần, con nói rất nhiều, tham gia mọi hoạt động, trở thành cô bé đứng đầu trong lớp. Các cô quan sát vài ngày, quyết định đẩy con lên lớp cao nhất của trường mẫu giáo.

Trong sự phát triển từ lúc trẻ mới sinh ra, có mấy thời điểm rất nhạy cảm nhưng cực kỳ quan trọng, thậm chí có vai trò quan trọng quyết định sự phát triển tiếp theo: đó là giai đoạn

11 – 13 tháng (lúc trẻ bắt đầu biết đi và tập nói – đang muốn tự khẳng định mình), lúc 3 tuổi, lúc bắt đầu vào lớp 1, lúc 10 – 11 tuổi (giai đoạn chuyển từ trẻ con sang tuổi teen) và lúc 15 – 17 tuổi (sắp chuyển từ tuổi teen sang người lớn).

Bố mẹ phải đặc biệt chú ý đến các giai đoạn này trong sự phát triển của con.

Dạy con đôi khi thật đơn giản

Sáng thứ Bảy, tôi ngồi cùng các em đã "hơi sồn sồn" để chia sẻ kinh nghiệm lập kế hoạch trong cuộc sống, đặc biệt là nuôi dạy và chuẩn bị kế hoạch cho việc học hành của con. Có mấy câu chuyện vui vui, tôi xin kể ra xem có ích được cho ai không.

Tôi hỏi: "Ai cho chị một ví dụ về việc: bọn em cấm con điều gì".

Một cô nhanh nhẩu: "Em cấm con (gần 2 tuổi) sờ vào thùng rác".

Tôi bèn hỏi tiếp: "Tại sao",

Được trả lời: "Vì thùng rác bẩn".

Hỏi: "Bẩn thì sao? Tại sao tay không được sờ vào chỗ bẩn?"

Trả lời: "Vì sợ bé cho tay vào mồm".

Khi mình hỏi: "Thế sao em không dạy bé là: Nếu sờ vào cái gì bẩn, thì phải rửa tay rồi mới được cho tay vào mồm?".

Tất cả trố mắt nhìn mình, rồi cười phá lên, bàn tán xôn xao: Ờ, đơn giản thật. Nếu mình kiên trì giải thích cho các bé: "Sọt rác chứa các đồ đã bị thải, có nhiều giun, sán, virus, vi khuẩn. Nếu con sờ vào thì phải rửa tay xà phòng thật sạch rồi mới sờ lên mắt hoặc cho vào mồm, nếu không trứng giun chui vào bụng, nở ra con giun, rồi cắn con, làm con đau bụng". Rồi lấy hình con giun cho con xem. Đó, vấn đề đơn giản hơn nhiều, đồng thời dạy bé được bao điều có ích.

Lại hỏi tiếp: "Ok, ai cũng dạy trẻ là trước khi ăn phải rửa tay. Thế trong khi ăn, nếu bé cứ vọc tay vào đồ ăn, rồi bôi lên mặt, bọn em nói gì?".

Mọi người ồn ào, tranh nhau trả lời: "Đừng bôi đồ ăn lên mặt, bẩn lắm".

Lại hỏi tiếp: "Sọt rác bẩn, vì sợ con cho tay vào mồm sau khi sờ vào nó. Vậy thức ăn để ăn, cũng bảo bẩn, nhưng lại bắt bé cho vào mồm, chứ không được bôi lên mặt cũng vì bẩn. Vậy bọn em nghĩ cái gì sẽ diễn ra trong đầu đứa trẻ, khi nó nghe những mệnh lệnh mâu thuẫn như vậy?".

Cả lũ cười lăn lộn. Mình cũng cười khoái chí. Hay thật: Chúng ta đang làm gì với con đây? Vậy bé sẽ hiểu thế nào là bẩn và thế nào là sạch?

Bài học rút ra là gì? Hãy uốn lưỡi bảy lần trước khi nói với con, đặc biệt là nói từ "Không". Đừng đưa ra các mệnh lệnh khác nhau, nhưng có thể vô tình mâu thuẫn, sẽ làm bé lẫn lộn về

khái niệm, rồi không thể suy nghĩ rạch ròi về nguyên nhân và hậu quả. Hãy giải thích rõ ràng lý do, nếu cần cấm bé điều gì. Bằng cách này, bạn tập dần cho con suy nghĩ có logic một cách độc lập, chứ không làm theo mệnh lệnh một cách máy móc.

Trong ví dụ trên, giải thích với bé các khái niệm:

1. Bẩn: sờ vào thì phải rửa tay sạch trước khi chuyển sang làm việc khác, đặc biệt là không cho tay vào mồm trước khi rửa sạch.

2. Nguy hiểm: nghĩa là có thể gây đau. Ví dụ không được sờ vào những gì nóng (mặt bếp đang nóng, nước sôi, thức ăn nóng...), không phải vì nó bẩn, mà vì nguy hiểm, bé sẽ bị đau, thậm chí bỏng tay.

3. Đồ ăn là không bẩn (thì mình mới ăn). Bé muốn nghịch với đồ ăn, tốt quá. Nhưng vì đồ ăn có thể mặn và có mỡ nên sau khi ăn và nghịch xong, bé phải rửa cả mặt và tay cho sạch sẽ, nếu không, bé có thể bị ngứa.

Đừng bao giờ cấm điều gì nếu bạn không giải thích rõ được lý do hoặc tác hại của việc đó. Nếu không, bạn đang vô tình làm thui chột lòng ham thích khám phá, tiềm năng của sự sáng tạo trong tương lai của con mình.

Dạy con cách tiêu tiền

Dạy con quan niệm và lập kế hoạch cũng như chi tiêu tiền từ sớm là cách hiệu quả nhất giúp con thành công VỀ TÀI CHÍNH trong tương lai. Bạn có thể tận dụng mọi cơ hội trong cuộc sống hàng ngày để giúp con hiểu về giá trị và học cách sử dụng đồng tiền.

TỪ 1 ĐẾN 3 TUỔI: Ở lứa tuổi này, trẻ chưa có khái niệm gì về đồng tiền. Bạn hãy cho trẻ làm quen với tiền thông qua các trò chơi đơn giản. Ví dụ, hãy cùng chúng chơi các trò chơi mua, bán hàng (hàng có thể là bất cứ vật dụng gì trong gia đình: cốc chén, quần áo...). Hãy cho chúng làm quen với các đồng tiền có giá trị nhỏ trước, 1.000, 2.000, tối đa là 10.000 đồng. Bạn và con hãy thay đổi vị trí giữa người mua và người bán. Bạn đừng quên làm bảng giá rồi dán hoặc treo lên các vật dụng, để chúng quen dần với khái niệm giá cả. Bằng cách này, bạn sẽ dạy cho trẻ những khái niệm cơ bản và đơn giản nhất về thương mại.

Khi trẻ hỏi mẹ lấy (hoặc nhặt) được tiền ở đâu, bạn hãy giải thích: “Ai cũng phải làm việc thì mới kiếm được tiền. Bố mẹ phải đi làm việc cả ngày thì mới có tiền mua thức ăn và quần áo cho cả nhà. Ai lười biếng không làm việc thì sẽ không có tiền mua đồ ăn và quần áo”. Nếu có khi nào đó, vì bận công việc đột xuất mà lỡ hẹn với trẻ, bạn hãy giải thích: “Bố (mẹ) có công việc đột xuất nên lỡ hẹn với con (có thể giải thích rất đơn giản là công việc gì, ví dụ khách hàng khiếu nại, phải gặp họ để xin lỗi..., nếu họ không mua hàng nữa thì công ty sẽ bị mất tiền, bố mẹ có thể bị giảm lương...).

Có một chi tiết cần lưu ý bạn nên chia sẻ với con về công việc và những khó khăn trong công việc, bằng một giọng bình thường để trẻ hiểu đó là điều bình thường ai cũng phải chấp nhận trong cuộc sống. Qua đó, bạn giúp chúng hiểu về giá trị của lao động với kết quả là tiền để lo cho cuộc sống. Nhiều bậc phụ huynh hay kêu ca, phàn nàn phải làm việc quần quật, vất vả, muốn cho con hiểu là con phải có nghĩa vụ ngoan ngoãn, học giỏi để đền đáp. Tôi đã chứng kiến việc đứa trẻ làm điều gì đó không vừa ý mẹ, mẹ nó bèn rít lên: “Trời ơi, sao thân tôi khổ thế này? Đi làm quần quật cả ngày, để cho nó ăn sung mặc sướng, mà nó thế này đấy hả!”. Tôi không tán thành với cách tiếp cận này, nó rất có thể gây hiệu ứng ngược với đứa trẻ: chúng có thể trở thành người có suy nghĩ tiêu cực, hay than vãn, thậm chí căm ghét việc phải phụ thuộc vào bố mẹ.

TỪ 3 ĐẾN 5 TUỔI: Bạn hãy dẫn trẻ đi siêu thị, nhờ chúng giúp bạn chọn đồ cần mua. Trước khi đi, hãy ngồi cùng trẻ khoảng 10 phút, liệt kê các món đồ cần thiết phải mua. Bằng cách đó, bạn sẽ cho trẻ khái niệm về lập kế hoạch chi tiêu. Trẻ sẽ rất tự hào khi được giúp bố mẹ việc gì đó. Đến siêu thị, hãy dành thời gian giải thích với trẻ về giá trị của món đồ và giá cả của từng món. Ví dụ, có 2 món đồ cùng tác dụng nhưng giá khác nhau: hãy giải thích tại sao giá lại khác nhau, giá trị thật sự của món đồ là gì, bàn với trẻ về giá trị sử dụng của từng món, lý do mua và sự cần thiết mua món giá cao (hoặc giá thấp) trước khi quyết định mua. Dần dần trẻ sẽ nhận ra có những món đồ đắt tiền nhưng rất ít giá trị sử dụng, tức là giá quá

đắt so với giá trị món đồ mang lại cho ta. Bạn cũng giúp trẻ phân biệt rõ hai xu hướng (đều không tốt): Thích mua đồ giá rẻ và thấy rẻ hoặc giảm giá là mua mà không tính toán là món đồ đó có cần thiết không; mua đồ đắt tiền (sau này sẽ tiến tới đồ hiệu) với suy nghĩ: món đồ làm nên giá trị con người. Cả hai xu hướng đó đều có thể gây hại cho trẻ trong cuộc sống sau này.

Vào tuổi này, bạn có thể bắt đầu cho con một món tiền nhỏ tiêu vặt mỗi tuần và dạy chúng cách sử dụng. Nếu chúng thích món đồ gì, bạn khuyên chúng "bỏ ống" khoản tiền này để khi đủ sẽ mua.

Việc trẻ đi siêu thị cùng và giúp bố mẹ mua đồ cần thiết cho cuộc sống gia đình sẽ có ích hơn rất nhiều so với việc cho chúng chơi các trò chơi đắt tiền, rồi kết thúc bằng các bữa ăn nhanh cũng đắt tiền tại các trung tâm thương mại.

TỪ 6 ĐẾN 10 TUỔI: Bắt đầu từ lứa tuổi này, bạn có thể dạy cho trẻ rằng: trong cuộc sống, chúng sẽ buộc phải có lựa chọn, chứ không thể mua mọi thứ mình thích. Khi trò chuyện về tiền, bạn nên giải thích: "Tiền là thứ có giới hạn và điều rất quan trọng là phải có kế hoạch, rồi lựa chọn cẩn thận khi mua hoặc chi tiêu bất cứ khoản nào. Con chỉ có khoản tiền đó, nếu tiêu hết, con sẽ không còn tiền cho những việc cần thiết nữa". Lúc con gái còn bé, tôi tận dụng mọi cơ hội hợp lý để giải thích cho con rằng: "Đồng tiền được đánh đổi bằng mồ hôi, sức lao động, thời gian. Nếu biết cách sử dụng nó, đồng tiền sẽ giúp mẹ, con, những người thân thiết và nhiều người khác có cuộc sống tốt hơn. Giá trị của đồng tiền là ở đó chứ không phải việc cứ kiếm được rồi đem cất. Vì vậy, phải lập kế hoạch hợp lý giữa tiền kiếm được và mức chi tiêu, phân biệt thật rõ những nhu cầu cần thiết, các khoản tiết kiệm cho tương lai và chi tiêu cho tiện ích cuộc sống". Với tôi và con gái, nhu cầu thiết yếu luôn là: ăn, mặc, ở, học hành, đi du lịch ở mức hợp lý so với thu nhập và mua sách. Chỉ riêng với sách tôi không đặt giới hạn, còn tất cả các khoản khác đều phải có kế hoạch.

Bạn hãy mua cho con 3 cái hộp đựng tiền với 3 mục đích: Tiền chi tiêu, tiền để dành và tiền giúp mọi người.

Mỗi tuần hoặc mỗi tháng, bạn hãy cho con một khoản tiền (tùy theo khả năng tài chính của gia đình nhưng không nên quá 500.000/tháng cho trẻ dưới 10 tuổi). Bạn hãy dạy chúng cách chia khoản tiền đó làm 3 phần, ví dụ, 40% để chi tiêu, 30% để dành, 30% để mua quà sinh nhật cho người thân, bạn bè, giúp người nghèo... Sau một vài tháng, nếu cần, bạn có thể thảo luận để giúp con thay đổi tỉ lệ cho phù hợp.

Bạn cũng nên bàn, giải thích (hoặc cùng con ra các quyết định) khi đi mua đồ. Ví dụ, nếu bạn quyết định mua 1 kg gạo bán lẻ, thay vì được đóng trong túi nilon đã rút chân không, bạn nên giải thích với con: "Mẹ mua gạo bán lẻ, chứ không mua gạo hút chân không trong túi đóng sẵn vì mẹ nghĩ chất lượng nó giống nhau, ăn ngon như nhau, nhưng giá rẻ hơn tới 20% – quy ra là ... đồng". Bạn cũng có thể yêu cầu con chọn hộ trái cây trong siêu thị, sau khi đã cùng chúng vạch ra một số tiêu chí: kích thước, độ chín, so sánh và dự đoán về chất lượng...

Khi đi cùng con trong siêu thị, bạn cũng nên đặt các câu hỏi theo kiểu: “Nhà mình có thực sự cần thứ này không con nhỉ? Nếu mua nó, mình sẽ dùng được bao lâu? Giá cái này có vẻ đắt, hay mình để thời gian tìm hiểu thêm xem có nơi khác bán giá rẻ hơn không...”

NHƯNG CÓ MỘT ĐIỀU CÁC BẬC BỐ MẸ PHẢI HẾT SỨC LƯU Ý: Ranh giới giữa khái niệm “chi tiêu hợp lý và có kế hoạch” với “keo kiệt”, coi đồng tiền là “của để dành” rất mong manh. Chúng ta dạy trẻ giá trị của đồng tiền để chúng biết cách lập kế hoạch chi tiêu hợp lý trong tương lai chứ không dạy chúng tiết kiệm bằng cách, cứ có tiền là phải để dành (thậm chí để từ đời này sang đời khác, bố mẹ có tiền phải để dành hết cho con). Đồng tiền chỉ có giá trị khi được chi tiêu đúng mức, đúng thời điểm và phục vụ cho cuộc sống, làm cho cuộc sống tốt đẹp và ý nghĩa hơn. Cái khó là chúng ta vừa dạy chúng biết chi tiêu hợp lý, đồng thời không được để chúng nhầm lẫn giữa tiết kiệm và keo kiệt (theo kiểu lão Grande[2] coi việc đếm tiền là mục đích và niềm vui của cuộc sống). Tôi lo ngại khi thấy ở Việt Nam hiện nay có 3 xu hướng sử dụng tiền không lành mạnh, đối nghịch nhau:

1. Xu hướng càng có nhiều tiền càng tốt, tiền không bao giờ đủ: Người sống theo xu hướng này luôn phấp phỏng, lo sợ thiếu tiền. Có những gia đình đã rất giàu có vẫn cứ muốn con cái phải học ngành gì để sau này kiếm được thật nhiều tiền. Tôi đã tiếp xúc với con cái rất nhiều gia đình khá giả bị bố mẹ ép học những gì được cho là sau này sẽ “có giá”, ép làm những việc các em không hề thích làm. Mọi ước mơ đều bị vùi dập phía sau cái tương lai giàu có được bố mẹ định sẵn. Thật bất hạnh cho những đứa con được sinh ra trong các gia đình giàu có kiểu này! Lại có những gia đình, bố mẹ luôn coi mình phải có trách nhiệm với con cái cho đến hết đời nên cật lực kiếm tiền, xiết chặt mọi chi tiêu, để rồi còn có tiền cưới vợ cho con, mua nhà cửa, xe cộ cho chúng, rồi tiếp tục cho tiền để chúng nuôi con của chúng nữa. Vậy là bố mẹ, tuy có “của ăn của để”, nhưng biến tất cả thành “của để dành” cho con cháu. Những bậc phụ huynh này có biết rằng đồng tiền của họ không đem lại hạnh phúc cho con cái mà nhiều khi là nỗi khổ tâm, mang đến bất hạnh cho cuộc đời chúng. Vì vậy, chúng ta nên chia thu nhập ra làm 3 – 5 phần theo tỉ lệ % để khi thu nhập bị giảm hoặc tăng lên, khoản tiền cho mỗi nhu cầu cũng giảm hoặc tăng theo tỉ lệ tương ứng chứ không bị dồn vào một thứ hoặc cứ tăng lên bao nhiêu lại dồn vào để dành hết.

2. Xu hướng sợ con biết gia đình có tiền sẽ ỷ lại, lười biếng và không biết tiết kiệm. Do vậy, bố mẹ luôn tìm cách nói dối con, than thở là không có tiền. Khi con có nhu cầu gì, việc đầu tiên là bố mẹ nói: “Bố mẹ không có tiền” hoặc tệ hơn là nhiếc móc, dằn vặt chúng, nói chúng không biết thương bố mẹ. Tình thương yêu bố mẹ ở đây sẽ được trẻ hiểu là phải biết để dành tiền bằng mọi giá, không được chi tiêu cho bất cứ nhu cầu gì, kể cả những nhu cầu chính đáng. Những đứa trẻ lớn lên trong gia đình kiểu này sẽ dễ trở thành người ham tiền, keo kiệt, coi đồng tiền cao hơn tất cả các giá trị khác. Chúng sẽ dễ trở thành nô lệ của đồng tiền, không bao giờ hiểu giá trị sử dụng của tiền và không dám sử dụng đồng tiền để phục vụ cho cuộc sống lành mạnh.

3. Xu hướng chi tiêu bạt mạng, khoe khoang sự giàu sang, coi việc mình có nhiều đồ sang, hàng hiệu là thước đo của sự thành đạt. Một người có thể thành đạt về mặt tài chính nhưng chưa chắc đã thành đạt trong cuộc sống, cũng không chắc đã có hạnh phúc. Của cải KHÔNG PHẢI là thước đo trí tuệ, tri thức và tư cách con người. Việc cho con xài những đồ hiệu đắt

tiền để khoe của chính là đang tước đi của chúng tuổi thơ trong sáng và lành mạnh. Phía trong bộ quần áo đẹp, có thể là một trái tim và cái đầu trống rỗng.

Như vậy kiếm tiền đã khó, sử dụng đồng tiền một cách tốt nhất cho mình và mọi người có khi còn khó hơn nhiều, không hề dễ dàng như câu nói xưa của các cụ: "Có tiền mua tiên cũng được".

Trước tiên, xin kể về việc tôi đã học được gì từ mẹ. Tôi còn nhớ, khi còn bé tí, mẹ tôi chưa đi làm mà ở nhà may quần áo phạm nhân (quần áo kẻ sọc để cho phạm nhân mặc trong tù). Tôi không đi học mẫu giáo, cũng chẳng qua vỡ lòng, chỉ suốt ngày quanh quẩn bên mẹ. Bây giờ nghĩ lại, tôi mới hiểu là bố mẹ đã tự dạy tôi đọc, viết, làm toán cho đến lúc tôi đủ 7 tuổi vào học lớp 1 (Các cụ đã thực hiện home schooling – giáo dục tại nhà – với anh em tôi từ hồi đó đấy).

Mẹ tôi vốn không được học chữ nhiều, chỉ đủ để đọc một cách chầm chậm. Chẳng bao giờ tôi thấy mẹ viết mà toàn lẩm bẩm tính toán, rồi xòe tay đếm đếm, mặt mũi đăm chiêu. Mẹ tính toán về thu nhập và các khoản tiền phải chi trong ngày, trong tuần, trong tháng; không viết ra thế mà mẹ nhớ hết mới tài chứ! Lúc đó tôi chẳng hiểu gì lắm, nhưng cũng bắt chước mẹ để giả vờ lẩm nhẩm tính toán nguồn thu nhập và dự kiến các khoản phải chi. Cái thói quen đó thấm vào tôi từ những năm tháng còn là cái đuôi của mẹ.

Khi có con, cũng lặp lại như vậy, tôi hay ngồi tính toán khi con quanh quẩn bên cạnh. Khác với mẹ hồi xưa, tôi lấy giấy bút ra cộng cộng trừ trừ, rồi ghi chép lại. Cũng như tôi hồi bé, con bắt chước lấy giấy vẽ nghệch ngoạc rồi lẩm bẩm theo. Khi thấy con có vẻ hứng thú, tôi vừa làm vừa giải thích cho con, chẳng biết bé có hiểu không nhưng chắc cũng thấm dần đôi chút.

Khi con biết đi, hễ cần mua bán gì ở siêu thị, tôi hay đem con đi theo. Trước khi đi, tôi thường lấy giấy bút liệt kê các thứ cần mua cho cả nhà và cho từng người, trong đó có con. Rồi tôi giải thích cho con là tại sao cần mua những thứ đó. Khi ra đến siêu thị, tôi chọn hàng khá kỹ, so chỉ số, các tiêu chí khác nhau, đánh giá thực sự giá trị từng loại. Ví dụ, khi mua dầu olive để ăn, bao giờ tôi cũng so các loại sản phẩm cùng hãng, với chai khác nhau. Tôi giải thích với con mình nhà nhiều người, mua chai to bao giờ giá cho một đơn vị cũng rẻ hơn. Khi mua thực phẩm chức năng, tôi để ý rất kỹ đến nồng độ các thành phần trong từng viên. Ví dụ, cùng 1 loại vitamin tổng hợp, cùng số lượng viên, cùng giá, tôi sẽ chọn loại với nồng độ của các thành phần cơ bản cao hơn: Vitamin A 25.000 IU thay vì loại kia chỉ 10.000 IU vitamin C, 1.000 mg thay vì loại kia chỉ 200 mg… Tôi luôn chỉ cho con cách đưa cách sản phẩm khác loại về cùng đơn vị để có thể so sánh.

Khi con thích mua cái gì, tôi đều cùng con bàn kỹ xem mua cái đó để làm gì, dùng được bao lâu, giá trị nó ra sao. Chỉ riêng đối với sách, tôi không có giới hạn, con muốn mua bao nhiêu thì mua. Đồng thời với việc dạy con cách tính toán và so sánh, tôi cũng nói chuyện với con về một số nguyên tắc:

- Tiết kiệm nhưng không keo kiệt. Đồng tiền được làm ra không phải để cất đi mà phải bắt nó phục vụ cho cuộc sống của mình. Tiết kiệm nghĩa là chi tiêu hợp lý,

đúng với mức mình kiếm được chứ không phải đem toàn bộ tiền cất vào tủ để dành.

- Các chi tiêu cho cuộc sống vật chất phục vụ sức khỏe và phát triển trí tuệ phải luôn được ưu tiên hàng đầu. Với đồ ăn thức uống, tôi không khuyến khích cháu mua giá rẻ mà so sánh để tìm được sản phẩm hợp lý nhất cho cùng một chất lượng.

Khi con được 7 tuổi, mỗi tháng, tôi bắt đầu cho con một khoản tiền để tự mua những gì mình thích. Nếu tôi nhớ không nhầm là 200.000 VND/tháng. Cũng giống tôi, khi mua gì, con lập kế hoạch, ghi ra, rồi mới mua. Hiện nay, cứ định kỳ lúc chuyển mùa, con lên mạng để đặt quần áo online. Tôi quan sát thấy con hí hoay chọn kỹ lắm. Nhiều lúc, tôi còn được mời tư vấn theo kiểu: “Mẹ ơi, cái váy này giá 12 USD, có đáng để mua không hả mẹ?”. Nhưng khi cần giúp đỡ bạn bè hoặc người kém may mắn hơn, con gái rất hào phóng. Tôi thật sự thấy yên tâm khi con biết cách chi tiêu để phục vụ cho cuộc sống lành mạnh, không vung phí, nhưng khi có nhu cầu hợp lý là sẵn sàng tiêu.

Còn nhớ, năm con học lớp 3, trường tổ chức đi chơi Mũi Né. Trong lúc đi chơi, một bạn vay con 20.000 đồng. Sau 1 tuần, con kể với tôi là bạn quên hay sao ấy, không trả con. Tôi hỏi kỹ về hoàn cảnh nhà bạn. Khi biết là nhà bạn đó khá giả, tôi khuyên con: “Vậy thì con nên nhắc bạn, để bạn trả. Đó là cách để giúp bạn sau này phải có trách nhiệm với việc vay tiền người khác”. Cũng tận dụng cơ hội đó, tôi khuyên con:

- Nếu mình vay ai, phải nhớ để trả cho đúng hẹn. Đó là điều rất quan trọng để người khác đánh giá về tư cách của mình.

- Nếu ai vay tiền con mà không trả, con nên tìm hiểu xem hoàn cảnh họ thế nào, có gì khó khăn khiến họ không trả được. Nếu họ có tiền mà không trả thì đừng bao giờ cho vay và cũng đừng nên thân với họ nữa. Nhưng nếu vì có rủi ro gì đó xảy ra và họ chưa thể trả nổi, con nên thông cảm, nếu có thể thì cho họ lời khuyên, giúp đỡ thêm để họ vượt qua khó khăn.

Tôi cũng nói rõ với con: Mình không thể cho người khác cái mà mình không có. Do vậy, ưu tiên đầu tiên là con phải có trách nhiệm về tài chính với bản thân, với gia đình riêng của mình trước khi có thể giúp đỡ được người khác về tiền bạc một cách hiệu quả.

Chăm sóc lúc con ốm

Trong bài này, tôi sẽ chỉ bàn về việc ngăn ngừa cũng như các biện pháp chăm sóc khi bé bị bệnh đường hô hấp và đường tiêu hóa. Chắc đó cũng là hai căn bệnh làm đau đầu hầu như tất cả các ông bố, bà mẹ trẻ. Khi mới sinh, hệ thống miễn dịch của bé rất yếu. Nhiệm vụ của bố mẹ là làm sao giúp bé từ từ làm quen với môi trường xung quanh, tạo điều kiện cho hệ thống miễn dịch mạnh dần lên. Hiện nay, các bố mẹ có xu hướng bảo vệ con quá mức cần thiết, cách ly các bé khỏi môi trường với suy nghĩ đơn giản là giữ gìn thì bé sẽ không mắc bệnh. Suy nghĩ đó thật sai lầm. Trái lại, chúng ta phải cho bé dần làm quen với môi trường, với những thay đổi thường xuyên của thời tiết để bé có một hệ thống miễn dịch tốt, ngăn chặn bệnh tật. Việc trẻ con sổ mũi và ho thường xuyên cũng là bình thường nếu chúng không sốt, vẫn ăn ngủ tốt, bố mẹ không cần lo lắng. Việc lạm dụng kháng sinh và các loại thuốc Tây khác khi chưa thật sự cần thiết chỉ làm cho hệ thống miễn dịch của bé bị suy yếu và bé càng hay mắc bệnh hơn. Hiện tượng nhờn thuốc có thể để lại hậu quả lâu dài, ví dụ, khi bé ốm và thật sự cần hỗ trợ của thuốc, các loại thuốc đều không còn tác dụng như mong muốn.

Tôi cũng có một lưu ý: Nếu theo phương pháp này, bạn sẽ phải tranh luận với bác sĩ tương đối nhiều, thậm chí nhiều lúc không cho bé uống những loại theo đơn bác sĩ cho. Tôi luôn dùng cách này: làm quen một bác sĩ, để họ chấp nhận khám và xác định bệnh, còn việc điều trị cho con thế nào phải có ý kiến của tôi. Trong mọi trường hợp, tôi chỉ cho bé dùng thuốc Tây khi thật cần thiết và chỉ dùng đủ liều, không kéo dài.

BỆNH HÔ HẤP

Các bệnh đường hô hấp ở trẻ thường tiến triển như sau: trước tiên bé ho, sụt sịt rồi chảy mũi nước, ngạt mũi (có thể sốt hay không sốt). Đây thường là triệu chứng bé viêm đường hô hấp trên. Lúc này, tôi cho bé đi khám chỉ để xác định bé có bị bội nhiễm không. Nếu chỉ là viêm đường hô hấp trên, tôi không cho bé uống kháng sinh mà uống nước cam và bưởi, ăn đủ các loại trái cây, uống probiotic và vitamin tổng hợp (loại đúng lứa tuổi) để tăng sức đề kháng. Tôi dùng nước muối biển (tự pha nước tinh khiết với muối biển – sea salt) để rửa mũi thường xuyên. Một ngày 2 – 3 lần, tôi giã một chút tỏi, pha thật loãng, nhỏ vào mũi bé. Lần đầu, bé khóc om sòm nhưng chỉ đến lần thứ 3 là bé quen, không khóc nữa.

Với các bé lớn hơn (từ 1 tuổi trở lên) đã biết súc miệng, bạn có thể pha các loại thảo dược sau để bé súc miệng hoặc uống. Đây đều là các loại thảo dược có tác dụng diệt virus, vi khuẩn.

- Xô thơm (Sage): Tôi mua loại lá xô thơm tươi, pha như pha trà cho bé súc miệng. Bạn có thể mua xô thơm khô bán ở các siêu thị người nước ngoài. Nếu muốn cho bé uống, bạn phải đun sôi 3 phút.

- Tía tô đất (Lemon balm), cây cúc dại (Echinacea), cây cam thảo (Licorice), cây bạc hà (Peppermint)…

Tất cả các loại siro chữa cảm, cúm đều chứa các thảo dược này.

Nếu theo dõi thật kỹ trong 3 ngày và thấy triệu chứng giảm dần, bố mẹ không cần dùng kháng sinh vì viêm chỉ dừng lại ở đường hô hấp trên, không lan xuống phế quản và phổi.

Bất cứ lúc nào thấy bệnh trở nặng, nghĩa là bé sốt cao, bố mẹ phải đưa bé đi khám và yêu cầu bác sĩ nghe phổi thật kỹ. Bạn có thể áp sát tai vào vùng ngực của bé, nếu thấy có tiếng khò khè phát ra từ ngực (chứ không phải từ cổ) thì nghĩa là bé đã bị viêm sâu xuống đường hô hấp dưới (phế quản, phổi) và cần uống kháng sinh 3 – 5 ngày. (Tôi không cho bé uống lâu hơn 5 ngày vì nếu 5 ngày mà chưa đỡ có nghĩa là bé không hợp với loại kháng sinh đó). Thường thì sau tối đa là 5 ngày, tôi dừng thuốc để theo dõi (lặp lại bước theo dõi trên). Với kiểu chăm sóc này, từ lúc đẻ cho đến 17 tháng, con gái tôi không phải uống viên thuốc nào. Lúc bắt đầu đi nhà trẻ, bé bị lây từ các bạn và ho thường xuyên, tôi vẫn bình tĩnh làm theo các bước trên và kết quả là từ 17 tháng đến 3 tuổi, cháu chỉ phải uống kháng sinh 3 – 4 lần. Sau 3 tuổi đến nay, cháu không uống kháng sinh lần nào. Tôi cho cháu uống vitamin tổng hợp và omega-3 đều đặn.

BỆNH ĐƯỜNG TIÊU HÓA

Nếu bạn cho bé ăn uống đúng cách, rất ít khi bé bị bệnh đường tiêu hóa. Nếu bé bị tiêu chảy, mua ngay công thức muối đường (oresol) cho bé uống để tránh mất nước. Cho bé uống nhiều nước và các loại nước trái cây pha loãng. Tuyệt đối không cho bé uống thuốc chống tiêu chảy khi chưa cần thiết. Tiêu chảy là phản ứng của cơ thể để đẩy các chất độc ra ngoài, nếu mình chặn không cho cơ thể đẩy ra hết, chất độc sẽ đọng lại tại đường ruột và có thể gây tiêu chảy tiếp trong tương lai. Ngay sau khi bé ổn định, cho bé ăn đủ chất và uống thêm vitamin tổng hợp để bổ sung dinh dưỡng cùng với probiotic để phục hồi sự cân bằng của hệ vệ sinh trong đường ruột.

BỆNH VIÊM TAI GIỮA Ở CÁC BÉ DƯỚI 3 TUỔI

Có mẹ từng kể bé nhà bạn bị bác sĩ kết luận viêm tai giữa và yêu cầu uống kháng sinh. Tôi hỏi và được biết triệu chứng là bé ngủ ít, ăn ít, hay lấy tay dụi mắt. Bé không sốt, không có hiện tượng tai bị chảy nước hoặc chảy mủ.

Sau khi tìm hiểu kỹ và tìm kiếm hàng lô tài liệu, tôi tìm được bài viết này, thấy rất hay nên tóm tắt lại để các ông bố bà mẹ có con nhỏ dưới 3 tuổi áp dụng:

1. Thế nào là bệnh viêm tai ở trẻ? Các bé dưới 3 tuổi có ống tai giữa (Eustachian tubes) ngắn, hẹp và nằm ngang hơn so với người lớn; vì vậy, ống này dễ bị tắc. Việc nhiễm khuẩn sau khi cảm, cúm cũng làm sưng ống tai giữa và khiến nó bị hẹp lại. Do vậy, dịch bị đọng gây áp lực và làm đau. Nếu bé khóc nhiều hơn và có vẻ khó chịu, lấy tay móc vào tai, có thể bé đã bị viêm tai. Các bạn đừng lo vì cứ 5 trong 6 trẻ bị viêm tai cho đến lúc 3 tuổi, con bạn không

phải là ngoại lệ. Viêm tai (otitis media) là sự nhiễm trùng của phần tai giữa, hầu hết là ở khu nối giữa tai, mũi và họng. Bé thường viêm tai sau khi bị cảm do virus hoặc vi khuẩn gây ra. Nếu được giữ vệ sinh sạch sẽ và được chăm sóc đúng, hầu hết các trường hợp sẽ khỏi hẳn trong vòng 1 – 2 tuần, không để lại di chứng gì cho trẻ sau này.

2. Các triệu chứng có thể có khi bé bị viêm tai giữa:

- Bé bứt rứt, khó chịu
- Lấy tay chọc hoặc kéo tai
- Ăn không ngon
- Khó ngủ
- Sốt
- Có dịch hoặc mủ chảy ra từ tai

3. Viêm tai giữa có nên dùng kháng sinh? Từ nhiều năm trước, khi trẻ bị viêm tai giữa, bác sĩ thường yêu cầu uống kháng sinh. Nhưng với kiến thức hiện nay thì kháng sinh (trong hầu hết các trường hợp) không phải là lựa chọn tốt. Một nghiên cứu được đăng trong tạp chí của Hiệp hội Y học Mỹ (American Medical Association) đã nêu rõ: 80% các bé bị viêm tai giữa tự khỏi trong vòng 3 ngày mà không cần đến bất cứ loại kháng sinh nào. Việc dùng kháng sinh một cách không cần thiết để chữa viêm tai giữa sẽ gây nhờn thuốc và hậu quả là bé sẽ bị nhiễm đi nhiễm lại, việc chữa trị sẽ khó khăn hơn nhiều trong tương lai. Hầu hết các chuyên gia và bác sĩ ở Mỹ đều có lời khuyên: khi bé bị viêm tai giữa, hãy theo dõi chặt chẽ trong vòng 48 – 72 tiếng trước khi quyết định cho bé uống kháng sinh. Nếu trẻ dưới 6 tháng, bố mẹ sẽ phải theo dõi rất cẩn thận ngay từ đầu và quyết định xem có cho bé dùng kháng sinh ngay hay không.

4. Làm gì để giảm đau cho bé?

- Dùng túi áp vào tai bé trong 10 đến 15 phút để giảm đau.
- Uống thuốc giảm đau nếu bé quá khó chịu (với trẻ hơn 6 tháng).
- Dầu ấm: Nếu tai bé không bị chảy dịch, nhỏ vài giọt dầu olive extra virgin hoặc dầu mè (vừng) vào tai bị đau. Ngâm nước ấm cho dầu ấm hơn nhiệt độ bình thường 1 chút.
- Cho bé uống thật nhiều nước.
- Kê đầu bé cao hơn lên để làm cho dịch trong tai lưu thông tốt hơn.

- Có một số dịch nhỏ tai được các bác sĩ y học cổ truyền tại Mỹ chế từ tỏi, cây mao nhị (mullien), oải hương và cỏ Thánh John – là các thảo dược có tính kháng khuẩn cao.

5. Làm sao đề phòng viêm tai giữa ở trẻ?

- Cho con bú sữa mẹ.
- Không hút thuốc khi ở gần bé.
- Nếu bạn cho bé bú bình, hãy cho bú đúng tư thế: nâng bé ở tư thế nửa nằm nửa ngồi để sữa không chảy ngược vào ống tai giữa. Nâng chai sữa cũng với tư thế đó.
- Tránh cho bé tiếp xúc với những người bị cảm, cúm.

6. Phải đưa bé khám bác sĩ ngay khi:

- Bé bị sốt.
- Dịch hoặc máu, mủ chảy ra từ tai.
- Bé bị chẩn đoán là viêm tai và sau 3 – 4 ngày theo dõi chặt chẽ, tình trạng không đỡ mà nặng dần lên.

LỜI KHUYÊN CỦA CÁ NHÂN TÔI: Khi con gái bị bất cứ triệu chứng viêm nhiễm gì, tôi đều theo dõi kỹ các triệu chứng và sự tiến triển của bệnh. Nếu chưa chắc chắn, tôi cũng cho đi khám bác sĩ nhưng kiên quyết không cho bé uống bất cứ thuốc gì trong 3 ngày đầu. Thường thì bệnh sẽ giảm dần từ ngày thứ 2 hoặc thứ 3 và sau 7 – 10 ngày là khỏi hẳn. Thỉnh thoảng, bé bị dài hơn, triệu chứng xấu dần, tôi yêu cầu bác sĩ kiểm tra thật kỹ rồi "tra đi xét lại" từng loại kháng sinh bác sĩ kê xem có những hạn chế gì rồi mới cho uống. Bao giờ tôi cũng bắt đầu với loại kháng sinh nhẹ nhất.

Nhận xét, đánh giá con

Xin các bậc làm cha làm mẹ hãy thận trọng và bình tĩnh khi nhận xét và đánh giá con cái của mình. Một số vị luôn luôn cho rằng con mình cái gì cũng nhất: xinh đẹp, thông minh, tài năng, trí tuệ… Họ tâng bốc con và làm cho đứa con cũng cảm thấy mình hơn người. Một số vị khác thì ngược lại, luôn luôn buồn bực vì con, chì chiết thậm chí mạt sát con, xem nó là thứ vứt đi, khó dạy khó bảo, rồi chẳng làm nên cơm cháo gì…

Mỗi đứa trẻ đều có điểm mạnh và điểm yếu. Nghệ thuật làm cha, làm mẹ là biết cách khuyến khích, khen ngợi nhưng không đề cao "quá đáng" những điểm mạnh của con mình, mặt khác cần khắc phục mà không "vùi dập" những điểm yếu của nó.

"Một đứa trẻ kiêu căng, tự phụ hoặc một đứa trẻ tự ti, sợ hãi không phải là mục tiêu giáo dục của chúng ta" – (Trích thư gửi các bậc phụ huynh nhân dịp đầu năm học 2013 – 2014 của Giáo sư Văn Như Cương)

Giáo sư nhắc các bậc cha mẹ một điều rất đúng. Tôi đã có dịp gặp những học sinh trung học rất thông minh, hiểu biết rộng, một số em học tại các trường chuyên nổi tiếng.

Đáng ngạc nhiên là còn ở lứa tuổi 15 – 19, các em rất bảo thủ, tự cao, tự đại, luôn tỏ ra mình đã biết mọi thứ, hầu như không thể chấp nhận bất cứ sự chia sẻ kinh nghiệm hoặc lời khuyên bảo nào của người khác. Các em luôn tỏ ra coi thường mọi người về trí tuệ và cụ thể là coi thường cả bố, mẹ mình.

Khi có dịp trò chuyện với bố mẹ các em, tôi nhận ra họ thường quá tự hào và rất "tôn thờ" con. Họ coi thái độ bảo thủ, tự cao của con là biểu hiện cao của trí thông minh, sự hiểu sâu biết rộng. Họ chấp nhận để cho con coi thường mình về trình độ cũng như trí tuệ và thậm chí tự hào vì "con hơn cha là nhà có phúc". Thường thì những cô cậu học sinh này đòi hỏi gì cũng được bố mẹ đáp ứng, và vì vậy, các em càng có cảm giác mình vĩ đại, hơn người.

Ngược lại với hiện tượng trên, nhiều ông bố bà mẹ nghĩ rằng động viên, khuyến khích, khen ngợi con sẽ làm cho con tự kiêu (theo quan điểm thuốc đắng dã tật, mà nếu chưa có tật, cứ dã trước cho nó biết sợ). Vậy là xảy ra hiện tượng hạn chế hoặc chẳng bao giờ động viên, khen ngợi, chỉ chê bai, dè bỉu, thậm chí mắng mỏ, nhiếc móc, mỉa mai khi con làm không đúng ý mình. Tôi còn nhận thấy những ông bố bà mẹ này đổi "ý" rất nhanh, thậm chí nhiều lúc không nhận thức được cụ thể mình đòi hỏi gì ở con. Lâu dần, con cái sẽ có thể phát triển theo mấy chiều hướng:

- Một số em mất hết tự tin, nghĩ mình là người ngu dốt, vô dụng. Lúc nào các em cũng nem nép, lặng lẽ, trở nên rất thụ động, có khi nghe ai nói to cũng đã giật

mình. Khi lớn lên, các em sẽ rất sợ mắc sai lầm, đã trưởng thành nhưng ở nhà thì bố mẹ bảo sao nghe vậy, đến cơ quan thì người khác bảo làm gì làm nấy.

- Một số em trở nên chai lỳ, bất cần đời, có các hành động phá phách để giải tỏa tâm lý bị bố mẹ coi thường. Bố mẹ càng hay chê bai, răn đe, dọa dẫm, các em càng lỳ lợm hơn.

- Một số em cố gắng trốn tránh thực tế, chui vào vỏ bọc nội tâm với những vòng suy nghĩ luẩn quẩn. Nếu bị sức ép tâm lý quá nặng nề, một số em có thể có biểu hiện của bệnh tâm thần, tự kỷ.

Vậy thì cụ thể, bố mẹ nên làm gì để con có thể lớn lên một cách lành mạnh, cân bằng, để giúp các em tự tin, tự lập nhưng không tự cao, tự đại? Làm thế nào để bố mẹ có thể tạo mọi cơ hội cho các em phát triển toàn diện (một cách hợp lý), nhưng vẫn phát huy được những thế mạnh của cá nhân

Tôi không bao giờ khen hoặc chê con một cách chung chung, mà phải dựa trên những sự việc cụ thể:

1. Nếu con làm được điều gì tốt, tôi sẽ nói về điều đó và động viên (có thể khen) ở mức hợp lý. Ví dụ, khi con vượt qua nỗi sợ hãi nào đó, tôi hay nói: "Mẹ rất vui khi con vượt qua được sợ hãi. Cái đó sẽ giúp con rất nhiều sau này". Tôi cũng phân tích cụ thể với con là điều đó sẽ giúp ích thế nào cho con trong tương lai. Trong mọi trường hợp, tôi đều cố gắng làm cho con hiểu tương lai của con thế nào đều nằm trong tay con và sẽ là trách nhiệm của chính con, chứ không phải của tôi. Vì vậy, từ rất nhỏ, con đã hiểu những gì mẹ làm là vì quyền lợi, vì tương lai của chính con, chứ không phải vì mẹ muốn ép buộc hoặc bắt con làm vì mẹ.

2. Khi con phạm lỗi, tôi không bao giờ mắng hoặc chê bai, dè bỉu. Nếu con vô tình hoặc chưa biết việc đó là sai, tôi phân tích tại sao điều con làm lại có hại, có hại cho ai. Nếu con biết là điều đó không tốt mà vẫn làm, tôi tỏ thái độ không hài lòng và rất kiên quyết yêu cầu khắc phục lỗi. Tôi theo sát đến cùng để đảm bảo con phải thực hiện việc khắc phục. Khi con làm xong, tôi tỏ ra hài lòng và động viên, không bao giờ nhắc lại lỗi của cháu để chì chiết. Vì tôi thực hiện hiện nguyên tắc này từ khi con mới vài tháng tuổi nên với thời gian, khi con lớn lên, tôi không thấy có khó khăn gì. Có lần, khi cháu khoảng 3 tuổi, có người bạn của chị tôi dẫn một bé đến chơi lúc tôi không có nhà. Khi tôi về, nghe chị kể là con có thái độ không lịch sự, tôi kiểm tra rất kỹ, rồi nói chuyện để con hiểu rõ là con sai cái gì. Sau đó, tôi yêu cầu chị tôi dẫn con sang nhà chị bạn để xin lỗi bé kia. Cháu khóc lóc không chịu, chị tôi cũng thương cháu nên cứ xin hộ: "Cháu biết lỗi là được rồi, không cần đi xin lỗi nữa". Tôi vẫn kiên quyết yêu cầu chị dẫn cháu đi.

3. Tôi hay nói với con: Ai cũng có cái giỏi và cái chưa giỏi. Tôi cũng chân thành chia sẻ với con là tôi có những cái gì chưa giỏi (thậm chí kém). Tôi hay tự chế giễu mình một cách hài hước, để cùng con cười vui. Mặt khác, tôi cũng phân tích rõ mình có điểm mạnh gì. Do vậy, con được làm quen từ bé với việc tự phân tích điểm mạnh điểm yếu của bản thân, của cả

những người xung quanh. Tôi nghĩ đó là cách dạy để con trở thành người "biết mình, biết người" trong tương lai.

Và cứ như vậy con gái tôi đã 18 tuổi, rất tự lập, tự tin, không hề có biểu hiện kiêu căng, tự phụ. Con gái tôi biết rõ cháu có điểm mạnh gì, đồng thời nhận thức rõ những giới hạn của bản thân.

Vai trò của người bố trong việc nuôi dạy con

Trong các bài viết của tôi về nuôi dạy con, đều có nhấn mạnh vai trò của bố mẹ và các ông bà nội ngoại hai bên. Tôi biết mình vẫn chưa đủ can đảm để xoáy vào một vấn đề cốt lõi: mối quan hệ phức tạp và vai trò của ông bà (nội và ngoại).

Xã hội Việt Nam hàng ngàn năm lưu truyền những quan niệm về đạo đức và lễ giáo phong kiến thể hiện ở mọi phương diện của cuộc sống, ví dụ:

1. Con cái phải tuyệt đối nghe lời cha mẹ, kể cả khi đầu đã có vài thứ tóc, mà tóc trắng chiếm vai trò chủ đạo: "Trứng cứ đòi khôn hơn vịt", rồi: "Cá không ăn muối cá ươn..."

2. Vai trò phụ nữ rất ít được nhắc đến, hoặc nhắc đến với sự miệt thị, coi thường: "Khôn ngoan cũng thể đàn bà/Dẫu rằng vụng dại cũng là đàn ông".

3. Người đàn ông chỉ được coi trọng, khi phải luôn sẵn sàng "bỏ quên" nhiệm vụ làm người chồng, người cha, để "trai thời trung hiếu làm đầu": trung là trung với nước, hiếu là hiếu với bố mẹ anh ta, không thấy người vợ trong bức tranh đó. Ít thấy (hay là tôi chưa được đọc), có tác phẩm "cổ điển" nào của Việt Nam mà người đàn ông được nêu gương vì chung thủy với vợ hoặc vì biết chăm sóc dạy dỗ con cái.

4. Người đàn ông chung thủy, yêu thương và chăm sóc vợ, thì bị bạn bè chê bai, châm chọc "bám váy vợ", rồi thì mẹ và chị, em gái... lườm nguýt, châm chọc "đồ sợ vợ", nặng hơn thì: "Rước vợ lên bàn thờ mà ngồi".

Chúng tôi là những cô gái Việt Nam ngây thơ, lớn lên trong vòng tay đùm bọc của bố mẹ. Một ngày nào đó, chúng tôi yêu một chàng trai, được nghe hứa hẹn đủ điều về cuộc sống lứa đôi, để rồi hầu hết, khi về làm dâu, những bài học cay đắng cứ thấm dần. Hóa ra chàng trai mà chúng tôi đồng ý cưới, chỉ muốn kéo chúng tôi nhập vào đại gia đình anh ấy chứ không hề muốn tự xây dựng một gia đình riêng. Cưới nhau năm bảy năm, thậm chí hàng chục năm, có khi con cái đã đề huề, vậy mà cái tổ ấm của hai vợ chồng (nếu may mắn được sống riêng) cũng chỉ được anh coi là cái nhà trọ. Còn nhà của anh, là nhà bố mẹ và anh chị (em) của anh đang sống.

Còn quan niệm của thiên hạ, mà cụ thể là ở các nước phát triển, thì sao:

- Gia đình hạt nhân là bao gồm bố mẹ và con cái chưa trưởng thành (dưới 18 tuổi), trong đó ông bố và bà mẹ (trẻ hay già mặc kệ) có trách nhiệm xây đắp gia đình, nuôi dạy con cái (nếu quyết định có con); còn không có con thì chăm sóc hay hành hạ nhau cũng được (miễn là không đánh nhau, nếu không thì ra tòa).

- Gia đình mở rộng (extended family) là gia đình hạt nhân có thêm ông bà (nội ngoại hai bên), cô chú bác dì (nếu muốn kẹp thêm vào). Việc chăm sóc, giúp đỡ bố mẹ, cô chú, bác, dì... hai bên, đều phải có thỏa thuận và sự thống nhất của hai vợ chồng, nếu không thì vợ chồng sẽ lủng củng, cãi nhau và li dị là tất yếu.

Là một phụ nữ Việt Nam, tôi rất trân trọng đàn ông Việt Nam vì họ có rất nhiều tính tốt mà trai Tây không thể nào sánh kịp (kể không hết tính tốt đâu). Nhưng có hai điều mà mà tôi không thích:

1. Các anh trưởng thành chậm quá, lại thích oai và gia trưởng. Trước khi lấy vợ, hình như rất ít anh xác định được nhiệm vụ: tôi đang lập nên một thực thể gia đình mới, chỉ với tôi và vợ tôi. Và các anh điềm nhiên đem vợ về, quẳng đánh oạch cho mẹ các anh xử lý, "dạy vợ từ thuở bơ vơ mới về" mà. Hay ít ra là anh chỉ muốn hòa vợ vào cái tập thể gia đình mình (cho đến lúc đó gồm có bố, mẹ, anh chị em ruột và cô, dì, chú, bác nhà anh). Nhiều anh cực kỳ gia trưởng với vợ con nhưng sợ mẹ nem nép, mẹ nói gì (dù sai hay đúng) cũng im lặng nghe và bắt chúng tôi cùng nghe. Lạ thật!

2. Và vì không xác định mình và vợ chính là chủ của cái THỰC THỂ GIA ĐÌNH mới đó, lại sợ bị chê là "sợ vợ", "không biết dạy vợ" hoặc "không có hiếu", các anh nhường luôn quyền làm chủ gia đình riêng của mình cho mẹ (tức là mẹ chồng của chúng tôi), mà với các anh thì "tiện không chỉ đôi đường, mà là tất cả các đường" luôn. Còn với chúng tôi, chúng tôi luôn muốn được cùng các anh làm chủ và xây đắp tương lai gia đình của hai người, chứ bị ép "ủy quyền" hay tự đánh mất quyền, là chúng tôi ấm ức và bắt đầu "bớt tôn trọng" các anh.

Và vì vậy, trong bài này, thay mặt chị em phụ nữ Việt Nam (dám hoặc không dám nói ra), tôi đề nghị việc đầu tiên các anh phải làm là cùng với vợ (chúng tôi đây) giữ lấy quyền quyết định việc nuôi dạy con cái của chính mình. Chúng tôi luôn mong muốn được bàn bạc và thống nhất với các anh (những người chồng yêu quý của chính chúng tôi) để nuôi dạy con nên người. Chúng tôi mơ ước được cùng chồng quyết định mọi việc trong gia đình RIÊNG CỦA MÌNH, trong đó có việc tối quan trọng là sinh con, và nuôi dạy chúng khôn lớn.

Các bà mẹ trẻ hay than rằng: "Chồng em khoán trắng việc nuôi dạy con cho em. Vợ chồng cãi nhau tối ngày", "Chồng em cho rằng việc giáo dục, chăm sóc con là của đàn bà. Em stress quá!", "Chồng em làm hư con, em nói không được. Bực quá" và hay hỏi: "Làm gì khi cha mẹ trái ngược quan điểm trong cách dạy con?". Tôi trả lời: "Cá nhân tôi chọn cách chia tay".

Dù không trợ cấp, không thăm hỏi, dù con tôi có thiệt thòi hơn bè bạn vì không có bố trong đúng những năm tháng cần bố nhất của cuộc đời, nhưng con sẽ thông minh hơn, vui vẻ hơn trong một môi trường lành mạnh. Còn con có yêu thương bố hay không, là do chính người bố. Tôi biết tôi đang chống lại số đông vì với câu "Một sự nhịn là chín sự lành", hầu như khi nghe ai tâm sự xin lời khuyên về ly dị, ít người dám nói: "Bỏ đi em, hãy can đảm một mình dắt con đi nốt chặng đường dài và ngẩng cao đầu, nghiến răng lại mà đi". Tôi không ủng hộ việc giải quyết tất cả các mâu thuẫn bằng kết cục ly dị. Tôi chỉ muốn khuyên đừng vì con mà buộc mình phải sống với một người bố vô trách nhiệm. Những đứa trẻ vẫn lớn lên, vẫn vui vẻ, hồn nhiên và hạnh phúc, thậm chí có thể có cuộc sống lành mạnh hơn vì không bị sự can

thiệp trái chiều từ quá nhiều người. Và vì một mình, tôi có đủ kiến thức và tình yêu thương để nuôi và dạy con khôn lớn.

Dạy con là ĐẶC QUYỀN của CHA MẸ. Và nếu chúng ta không dạy sẽ có người khác dạy con của bạn. Đó là TV, hàng xóm, bạn bè, đường phố. Đó có thể là những người đàn ông, đàn bà khác yêu con bạn hơn chính bạn vì những mục đích mà chỉ riêng họ biết.

... Con cứ bay cao bay xa đi, con gái yêu của mẹ. Mẹ biết dù ở nơi đâu, trong trái tim con vẫn có hình ảnh mẹ. Cuộc đời này ngắn lắm, con đừng bỏ phí. Hãy sống sao cho không bao giờ phải quay đầu lại hối tiếc cho thời gian đã qua đi!

PHẦN II: Định hình thói quen và nền tảng đạo đức

Tôi xác định đây là đề tài khó nhất khi bàn về nuôi dạy con. Vì sao vậy?

- Như tôi đã nêu rõ trong bài viết đầu tiên, cái thuộc về quan điểm cá nhân thì không thể nêu ra như một mô hình chung để người khác dễ dàng làm theo.

- Những cá tính, thói quen được coi là tốt đối với gia đình này lại có thể là không thể chấp nhận được đối với gia đình khác.

Khó hơn nữa là bàn về định hình nền tảng đạo đức cho con, đặc biệt là trong tình hình xã hội hiện nay, ví dụ:

- Tôi có thể muốn con lớn lên phải là người trung thực, thẳng thắn. Nhưng nhiều người sẽ phản bác với lý luận: sống trong xã hội như bây giờ, trung thực, thẳng thắn là dại và luôn chịu thiệt thòi.

- Tôi muốn con sẽ là người nhạy cảm, thương người, luôn biết thông cảm và chia sẻ với những người xung quanh. Nhưng trong thực tế xã hội, biết bao trái tim nhân hậu khô cằn dần vì bị lợi dụng, thậm chí bị lừa đảo.

Do vậy, việc phân định đúng – sai – tốt – xấu là không thể và cũng không phải mục đích các bài viết của tôi về đề tài này. Tôi chỉ muốn mọi người hiểu đó là những chia sẻ kinh nghiệm tôi đã làm (trên cơ sở quan điểm và kiến thức do tôi tích lũy từ sách báo), trên cơ sở đó giúp con gái định hình cá tính, thói quen và nền tảng đạo đức. Những ai không cùng quan điểm cũng có thể dựa một phần trên phương pháp này để tạo cho con những nền tảng mà gia đình mình cho là tốt. Việc này đòi hỏi sự thống nhất của các thành viên trong gia đình sau khi xác định được mục đích và đưa ra các bước thực hiện. Bạn cũng phải xác định: có một đôi mắt nhỏ luôn theo dõi, chụp ảnh các hành động của từng thành viên trong gia đình, đôi tai nhỏ luôn nghe và so sánh những gì bạn nói với việc bạn làm. Do vậy, tất cả những gì xảy ra nằm trong hoặc ngoài tầm kiểm soát của bạn phải được giải thích rất rõ ràng, rành mạch, chứ không thể bỏ qua hoặc lấp liếm với một cái tặc lưỡi: "Nó còn nhỏ, biết gì, sẽ quên ngay thôi mà". Trẻ con không bỏ qua cái gì và những việc bạn làm hôm nay sẽ được trẻ lặp lại, có thể

với hình thức khác hẳn, khiến chính bạn phải ngạc nhiên: “Sao con mình lại có tính đó, ai dạy nó vậy?”. Trong quá trình phân tích các ví dụ, tôi sẽ có nhiều cơ hội chứng minh quan điểm này.

Lúc mang bầu, tôi dành nhiều thời gian để ngẫm nghĩ: “Vậy mình muốn con trở thành người thế nào về các mặt: tri thức, cá tính, thói quen và đặc biệt là đạo đức?”. Tôi lôi về hàng đống sách, chủ yếu là sách giáo dục con cái của các tác giả Mỹ và Anh, rồi cắm đầu đọc để có cơ sở lựa chọn. Kết quả là tôi viết lại trên ba tờ giấy những điều mình cho là đúng. Lại tìm tiếp sách để học xem muốn con lớn lên có những chất lượng mình chọn thì phải làm gì.

Trước tiên, tôi sẽ nói về lựa chọn các cá tính và thói quen mà tôi muốn con có, đó là:

1. Về ăn uống:

- Dễ dàng, không cầu kỳ, để sau này con có thể thưởng thức mọi loại đồ ăn ở mọi nơi, miễn là hợp vệ sinh.
- Ăn uống sao cho luôn khỏe mạnh, không bị béo phì, cũng không gầy giơ xương như một số các cô gái hiện đại. Muốn thực hiện hai điều này, tôi sẽ luyện cho cháu: Ăn nhiều rau và trái cây, các loại ngũ cốc nguyên cám. Hạn chế tối đa uống các loại nước giải khát có đường, ăn rất ít bánh, kẹo, các loại đồ chiên, rán, cũng như các đồ ăn nhanh.

2. Về sinh hoạt:

- Tự lập trong sinh hoạt
- Kiên trì, quyết tâm
- Vệ sinh, gọn gàng
- Biết lập lịch sinh hoạt và tuân thủ lịch: ăn, ngủ, làm mọi việc đúng giờ
- Giản dị, không cầu kỳ về quần áo, nhưng lại phải có con mắt thẩm mỹ, mặc phù hợp hoàn cảnh. Biết lựa chọn những thứ hợp với mình, hợp với túi tiền
- Xem TV tối đa 15 phút/ngày
- Đọc sách càng nhiều và càng đa dạng càng tốt
- Tuyệt đối không chơi điện tử
- Tham gia tất cả các môn thể thao có thể

3. Quan hệ với bạn bè:

- Tôn trọng và chấp nhận sự đa dạng và khác biệt về cá tính
- Càng nhiều bạn bè càng tốt
- Nhường bạn trong những việc không thuộc về đạo đức và nguyên tắc

Những điểm nêu trên chỉ là ví dụ, tôi không thể nêu đầy đủ vì sẽ quá dài. Với thời gian, khi con lớn dần, tôi bổ sung những gì quan trọng phù hợp với lứa tuổi nhưng còn thiếu, và lược bỏ bớt những gì được coi là đã hết ưu tiên. Với các điều liệt kê trên, cũng có một số cái tôi thất bại, nhưng không thể làm lại hoặc sửa vì đã qua mất cơ hội.

Xin các ông bố và bà mẹ nhớ rằng, điều quan trọng nhất mình có thể dành cho con không phải là tiền bạc, quần áo đẹp, thức ăn ngon hay nhà cao cửa rộng. Cái chúng cần nhất là sự yêu thương được thể hiện đúng cách, là thời gian các bạn dành để giúp các con bước vào đời. Hãy cố gắng dành ít nhất hai tiếng mỗi ngày với trẻ, nếu bạn không thể sắp xếp được nhiều hơn. Xin các ông bố bớt tụ tập bạn bè, nhậu nhẹt hoặc "chém gió" bên cốc cà phê để đọc cho con nhỏ nghe vài trang sách. Tắt TV, nếu không muốn bé sau này thành "tín đồ" của TV. Một nghiên cứu đã xác nhận: trí thông minh của trẻ con tỉ lệ nghịch với thời gian xem TV. Tôi tuyệt đối không cho con tôi xem TV, cho đến lúc con lên 6. Và kết quả là nó chỉ thích đọc, không hề muốn xem bất kỳ chương trình TV nào.

Hãy yêu thương, san sẻ và chân thành với những người xung quanh trẻ (ví dụ với người giúp việc), vì mình yêu thương họ thì họ sẽ yêu thương con mình. Đứa trẻ lớn lên trong sự yêu thương của mọi người, bao giờ cũng thành con người cởi mở, nhân hậu, biết chia sẻ.

Đi vào chi tiết của việc nuôi dạy con, tôi sẽ chia sẻ về những cách cụ thể để tạo thói quen và nền tảng tốt cho các bé (từ ngày đầu tiên sinh ra).

- Trước tiên nói về thói quen ăn uống: muốn cho con dễ dàng trong việc ăn uống và sau này biết lựa chọn ăn những thứ tốt cho sức khỏe.

Chính bố mẹ phải có tâm lý nhẹ nhàng về việc ăn của bé: ăn theo nhu cầu, tuyệt đối không ép. Ép sẽ dẫn đến làm bé bị ói và sợ, rồi dẫn đến chán ăn. Theo tôi quan sát, 100% các trường hợp bé lười ăn là do bị ép dưới hình thức này hoặc khác, thậm chí ngay từ những ngày đầu tiên của cuộc đời. Sách vở hoặc các bác sĩ có thể nói: cứ 1 kg cân nặng thì bé phải ăn được ít nhất lượng sữa là bao nhiêu ml/ngày. Vậy là các ông bố bà mẹ liền lấy đó làm "chân lý" và khổ sở để tính, đếm, rồi ép bé ăn bằng được cho đủ. Thực ra, đó chỉ là gợi ý vì các bé có nhu cầu khác nhau (cũng như người lớn). Vì vậy, không thể có một tiêu chuẩn cứng nhắc áp dụng cho tất cả các trường hợp. Bé này có thể ăn nhiều hơn (1000ml/ngày), còn bé kia ít hơn (500ml/ngày), không có gì là lạ. Miễn là các bé khỏe mạnh, vui vẻ, không ốm, biểu đồ phát triển cân nặng và chiều cao đi lên, chứ không cần mỗi tháng nhất định phải lên ít nhất là 1kg.

Các bà mẹ Việt Nam coi ăn uống là quan trọng hàng đầu trong việc nuôi con và dành hầu hết thời gian quý báu cho việc này, tôi xin chia sẻ về hai vấn đề:

- Tập cho bé thói quen ăn uống khoa học là cơ sở định hình một trong những thói quen quan trọng nhất của con người sau này.

Từ tháng thứ Bảy, nên tập cho bé ăn cháo loãng. Mấy ngày đầu, bé có thể bị ọe hoặc ói một chút. Tập rất từ từ, lấy cho bé từng chút một, để bé tự đút. Nếu bạn đã cho bé tập nhai từ lúc 3 tháng rưỡi thì chỉ sau 3 – 4 ngày, bé có thể ăn cháo loãng ngon lành. Nếu bé chưa biết nhai, bạn phải thực hành lại bước tập nhai trước, nếu không bé sẽ nuốt chửng như khi ăn bột hoặc đồ xay nhuyễn và sẽ bị ói nhiều. Nên cho bé làm quen từ từ với tất cả các loại đồ ăn (trái cây, rau, củ, các loại thịt, cá, gạo, mì...). Nguyên tắc là từ tháng thứ 10, bạn có thể tập cho bé ăn cơm nát và từ tháng thứ 11, người lớn ăn gì bé có thể ăn đó. Đừng cho bé kiêng cữ gì, nếu không có lý do đặc biệt. Ví dụ, khi đi ăn phở, cứ cho bé ăn tô phở với đầy đủ rau thơm, hành lá (bạn có thể yêu cầu nhà hàng nhúng vào nước sôi cho chín hơn). Nếu bạn coi là bé không thể ăn gia vị và vớt hết ra thì khi lớn lên, bé sẽ có thói quen ăn phở không gia vị. Hãy tìm các loại sách nói về ích lợi của việc ăn uống lành mạnh (sách có tranh đẹp là tốt nhất), cùng đọc với con. Nói chuyện với con về những thói quen ăn uống tốt cho sức khỏe. Hãy chất nhiều trái cây tươi trong tủ lạnh, thay vì nước ngọt và bánh kẹo. Cho bé uống nước cam vắt (không cần cho thêm đường), nước táo tươi ép, thay vì cho bé làm quen với nước uống có ga. Từ bé đến giờ, con gái tôi không hề uống các loại nước ngọt đóng hộp hoặc đóng chai. Cháu sẽ chọn nước trái cây, rau củ tươi, hoặc nước trắng. Nếu bạn không thích con có thói quen ăn các loại đồ ăn vặt chiên giòn, đừng mua cho con. Động viên con ăn rau trong mỗi bữa cơm. Và điều quan trọng nhất là muốn con có thói quen ăn uống lành mạnh, bạn phải làm gương và cũng phải dành thời gian để đảm bảo bữa ăn của con đủ dinh dưỡng.

- Luyện cho con có các thói quen tốt trong sinh hoạt, ví dụ:
    - Tự lập
    - Kiên trì, quyết tâm
    - Vệ sinh, gọn gàng
    - Biết lập lịch sinh hoạt và tuân thủ lịch: ăn, ngủ, làm mọi việc đúng giờ
    - Giản dị, không cầu kỳ về quần áo, nhưng lại phải có con mắt thẩm mỹ, phù hợp hoàn cảnh. Biết lựa chọn những thứ hợp với mình, hợp với túi tiền
    - Xem TV tối đa 15 phút/ngày
    - Đọc sách càng nhiều và càng đa dạng càng tốt
    - Tuyệt đối không chơi trò chơi điện tử
    - Tham gia tất cả các môn thể thao có thể

Để con tự lập, bố mẹ phải quyết tâm và kiên trì, ngay từ thời điểm bé được sinh ra. Bạn hãy để bé tự quyết định bú bao nhiêu sữa là đủ, rồi tự ngủ khi thấy buồn ngủ – đó là những bài học đầu tiên. Đừng tạo thói quen phụ thuộc theo kiểu: phải bế ru hoặc ngậm ti mẹ thì bé

mới ngủ, hoặc hễ khóc là phải bế lên dỗ... Nhưng lại phải đọc được tín hiệu khi bé cần bạn: bé đói, bé đau hoặc khó chịu, để an ủi và tỏ tình yêu thương đúng lúc và đúng cách. Hãy thủ thỉ nói chuyện với con về tất cả mọi việc với cách diễn tả đơn giản, dễ hiểu ngay từ ngày đầu tiên. Kiên trì dạy bé làm từng việc nhỏ, động viên khi bé chán nản, không bao giờ được mắng vì bé chưa làm được tốt việc gì đó. Tôi mất hơn 2 tuần để dạy con gái bò lên bò xuống cầu thang, từ lúc con được 8 tháng. Tôi cầm từng bàn chân, bàn tay bé để đặt vào các vị trí của bậc thang, mồm giải thích rất rõ ràng mỗi động tác, rồi bò lên thì con trước, mẹ sau; bò xuống thì mẹ trước, con sau. Con biết bò cầu thang, tôi mới nhận ra là mình bắt đầu bị đau lưng, nên mới tập "suối nguồn tươi trẻ". Con gái tôi biết tự bò cầu thang trước khi biết đi, bò lên bò xuống rất nhanh và tự hào về điều đó lắm. Tôi cũng luyện cho con tính kiên trì bằng cách: cùng con làm đến cùng những gì đã được bắt đầu, quyết không bỏ dở giữa chừng. Tôi cho con tập bơi lúc 3 tuổi và để bé chịu tập bơi, dù rất sợ nước nhưng đến lúc đó, tôi cũng lui cui tập bơi. Nhờ tập bơi cùng con, mà bây giờ, hai mẹ con có niềm vui là có thể bơi và chơi các trò chơi dưới nước một cách tự tin khi đi biển.

Hãy tập cho con thói quen ăn mặc hợp hoàn cảnh, hợp túi tiền. Ví dụ, đi biển thì mặc váy ngắn hoặc quần soọc, đi học mặc đồng phục. Nếu trước mặt con, bạn bàn tán với bạn bè và tỏ ra say mê hàng hiệu, bé sẽ thích dùng hàng hiệu từ lúc còn bé, không phải vì thẩm mỹ hoặc giá trị sử dụng mà chỉ vì nghĩ hàng hiệu sẽ nâng giá trị con người lên.

Tôi có thói quen là khi làm gì cũng nói với con theo kiểu bàn bạc. Ví dụ, trước khi đi đâu, tôi lấy một tờ giấy, ngồi cùng bé để liệt kê các đầu việc sẽ làm, các thứ cần mang theo, những điều cần lưu ý. Tôi làm điều này từ lúc con khoảng 9 tháng tuổi và không ngờ tác dụng lại tốt thế. Con gái tôi biết cách lập kế hoạch cho các việc phải làm từ rất sớm, thậm chí trước khi bắt đầu đi học lớp 1. Lúc bé 3 tuổi, chuẩn bị đi đâu là cháu tự soạn quần áo, vật dụng, tôi không cần làm hộ.

Thú thật, tôi thất bại khi dạy con sắp xếp đồ đạc, vật dụng cá nhân trong nhà ngăn nắp. Lý do là vì chính tôi không biết làm sao cho ngăn nắp. Bàn làm việc của tôi luôn bề bộn toàn sách và tài liệu. Tủ quần áo sắp xếp không khoa học và con gái tôi cũng bị tình trạng tương tự. Đúng là "Mẹ nào con nấy", chẳng đổ cho ai được.

Để con không có thói quen xem TV nhiều, tôi phải gương mẫu nên cũng bỏ được việc cứ ở nhà là bật TV lên. Tôi dành rất nhiều thời gian đi hiệu sách cũng như đọc sách cùng với con. Tôi không chơi điện tử nên con cũng như vậy.

Về các khái niệm đạo đức thì sao? Tôi nghĩ phần này sẽ khó nhất và vì vậy, chần chừ mãi chưa biết phải tiếp cận vấn đề thế nào để ít bị ném đá. Quan điểm về đạo đức của con người là phạm trù rất rộng, có thể gây những tranh cãi nảy lửa, không có hồi kết.

Vì vậy, trong bài viết này, tôi chỉ nêu quan điểm cá nhân và chia sẻ những cách tôi đã dạy con ra sao, không hề có ý công kích quan điểm của ai khác hoặc phê phán những thói xấu của người Việt Nam mà báo chí đã tốn rất nhiều giấy mực thời gian qua.

Khi con chuẩn bị ra đời, tôi đã hiểu rõ một nguyên lý rất quan trọng: với trẻ con một vấn đề sẽ chỉ có một tiêu chuẩn. Trí óc chúng còn non nớt, các bé chưa thể hiểu được khái niệm theo kiểu: "Đi với bụt mặc áo cà sa/ Đi với ma mặc áo giấy". Các bé sẽ không chấp nhận "double standards" – "Tiêu chuẩn kép". Do vậy, mặc dù sống trong gia đình có ba thế hệ, tôi dùng quyền của người mẹ (và tôi xác định là tôi có quyền đó, kể cả về tình và lý) để yêu cầu mọi người: hãy để tôi được toàn quyền quyết định nuôi và dạy chính con tôi. Bây giờ, nghĩ lại, tôi mới thấy mình đã thực hiện được điều đó, mặc dù nó cực kỳ khó khăn, chứ không hề đơn giản.

Lúc đó, đầu tiên, tôi liệt kê các tiêu chí rõ ràng về đạo đức mà tôi muốn con có trong tương lai:

- Trung thực, không dối trá trong mọi trường hợp.
- Công bằng
- Thẳng thắn, dám đối diện với cái xấu để bảo vệ cái tốt
- Luôn giữ lời hứa
- Có trách nhiệm với các hành động của mình
- Cố gắng hết sức trong những việc phải làm (tiếng Anh hay dùng là *Try your best*), nhưng không cay cú, ăn thua với kết quả đạt được.
- Không ghen tị với bất cứ ai, về bất cứ việc gì.
- Dũng cảm, dám chấp nhận rủi ro sau khi đã chuẩn bị kỹ lưỡng các điều kiện cần và đủ để thực hiện.
- Danh sách này có thể được thay đổi, thêm hoặc bớt theo thời gian, cho đến khi con lớn lên.

Với mỗi điều, tôi lại phải liệt kê các hành động mình phải làm để có thể dạy bé bằng những cách cụ thể. Trẻ con sẽ quan sát người lớn làm gì, cháu làm nấy chứ không thể tiếp thu những bài học dài dằng dặc về đạo đức. Lấy ví dụ, chắc bậc phụ huynh nào cũng tán thành là phải dạy con trung thực, không dối trá. Nhưng liệu có nhiều người suy nghĩ thấu đáo về các trường hợp xảy ra hàng ngày trong gia đình, vô tình gieo vào đầu cháu là người lớn nói dối, rồi chúng sẽ làm theo?

- Để bắt bé ăn thêm vài thìa cháo, một cách rất thông dụng là các bà, các bậc bố mẹ hoặc người giúp việc sẵn sàng lấy bất cứ điều gì dọa bé: gọi chú công an, gọi ông ngáo ộp, dọa nhốt vào phòng tắm, vứt xuống bể bơi... Đó có phải là nói dối? Rồi khi bé đang chơi ở nhà hàng xóm, không muốn về nhà, người lớn bèn nói dối là rủ bé đi công viên rồi bế thốc về nhà mình, mặc cho bé gào thét . Đó có phải là

đánh lừa bé? Khi con lớn lên một chút, bé bắt chước mình để nói dối hoặc để lừa ai đó, ta vô tình chối bỏ ngay trách nhiệm: “Không biết ai dạy nó, chứ nhà tôi không bao giờ dạy nó nói dối hoặc lừa đảo”.

- Có một lần, lúc con tôi hơn 1 tuổi, đang chơi gì đó rất say sưa. Bà ngoại đi qua, yêu quá, đẩy đồ chơi của bé ra, ôm lấy bé hôn hít ầm ĩ. Bé khóc ré, hét lên: “Bà ngoại hư, quấy rầy con, về con mách mẹ”. Bà giận lắm, đợi tôi về để mách ngay, chắc chờ tôi mắng cho cháu một trận. Lúc đó, tôi biết là hơi gay go, bèn bình tĩnh hỏi bà: “Mẹ ơi, vậy lúc mẹ đang nhặt rau, cháu ra giằng rổ rau rồi bắt bà chơi với cháu, bà nói gì?”. Sau đó, tôi nhẹ nhàng phân tích cho mẹ: “Nếu người lớn đang bận mà bé quấy rầy, ta mắng bé. Vậy khi bé đang chơi, tức là làm việc của bé, bà muốn hôn cháu, thì nên hỏi nó: ‘Bà yêu quá, bà hôn cháu nhé?’” Với bé, tôi giải thích là vì bà yêu thì mới muốn hôn con, nhưng đáng ra bà phải hỏi trước. Nếu con không thích, chỉ việc nhẹ nhàng nói là con đang bận chứ không nên hét tướng lên. Sau đó, tôi thuyết phục mẹ xin lỗi cháu trước vì quấy rầy khi bé đang làm việc và bé thì xin lỗi bà vì đã nói năng không lịch sự. Sau khi hai bà cháu xin lỗi nhau xong, bé chu mỏ ra nói với bà: “Bây giờ con đang rỗi, bà muốn hôn bao nhiêu cũng được”. May quá, mẹ tôi là người không khó tính và không bảo thủ.

- Khi chưa có bé, có lúc ai đó gọi điện thoại đến nhà, thấy tôi mệt, chị tôi có thể nói đại là tôi đi vắng. Chợt một lần, bé hỏi tôi: “Mẹ ơi, bác nói dối. Mẹ đang ở trên nhà mà bác bảo mẹ đi vắng”. Tôi liền nói bác xin lỗi bé là lỡ nói dối và yêu cầu cả nhà từ sau không được nói dối bất cứ ai, về bất cứ việc gì, để bé được lớn lên một cách lành mạnh trong không khí trung thực.

Vậy ta phải làm gì để bé lớn lên thành người trung thực:

1. Người lớn không được nói dối về bất cứ điều gì. Bạn có thể giải thích một cách ngắn gọn, đủ để bé hiểu về các sự việc xảy ra, hoặc thậm chí nói: “Con còn bé, bao giờ con đủ lớn mẹ sẽ giải thích”. Tuyệt đối không được nói dối hoặc lấp liếm, nghĩ là bé còn nhỏ không biết gì.

2. Khi con lớn lên, một điều nữa các bậc bố mẹ hay nói dối, là về tài sản.

Với quan điểm sợ con biết nhà có tiền sẽ ỷ lại và không chịu học, các bậc bố mẹ luôn nói với con: nhà rất nghèo, không có tiền cho con đi du học, nếu con không kiếm được học bổng. Rồi kèn kẹt khi con có nhu cầu thật sự chi tiêu cái gì đó. Các bạn có biết rằng bằng cách đó, mình đang vô tình dạy con nói dối, keo kiệt và coi đồng tiền được làm ra để mang giấu kỹ?

Một trường phái khác lại dạy con phung phí tiền bạc từ rất sớm vì nghĩ nếu được đáp ứng đủ nhu cầu, con sẽ thấy hạnh phúc. Một sai lầm nghiêm trọng. Đồng tiền thường làm hư con trẻ. Nếu bạn không dạy chúng về giá trị lao động để kiếm tiền cũng như giá trị đồng tiền, cách tiêu pha sao cho hiệu quả, để mang lại lợi ích cho bản thân và cho mọi người.

3. Có biết bao việc xảy ra trong nhà, ngoài đường mà bạn có thể biến thành cơ hội để trao đổi với con. Thông qua đó, bạn sẽ giúp con định hình quan điểm, cách suy nghĩ, cách phân tích và giải quyết vấn đề một cách có logic. Ví dụ, có lần con đi chơi, thấy một bà mẹ đang chửi rủa con vì con đem cho bạn nó cái gì đó: "Sao tôi khổ thế này, con dại cái mang, mày ăn gì mà mày ngu thế hả con? Cứ đem cho đi, rồi về lại gào lên đòi mua cái khác". Tôi bèn chủ động hỏi con suy nghĩ sao về sự việc xảy ra. Con bảo nếu mình là bạn đó thì sẽ xấu hổ và sợ lắm. Rồi con thắc mắc: "Sao bạn ấy làm việc tốt mà lại bị mắng hả mẹ?" Tôi bèn thủ thỉ giải thích với con quan điểm của mình:

- Đồ chơi do mẹ bạn bỏ tiền mua, trước khi cho ai, bạn phải hỏi mẹ.
- Nếu gia đình người được cho nghèo, không đủ tiền mua thì giúp đỡ người không may mắn là việc tốt. Nhưng nếu nhà bạn đó cũng có tiền thì nên để bạn tự xin bố mẹ bạn mua.
- Nếu một người được cho nhiều thứ mà không phải làm gì, lâu dần họ sẽ ngồi chờ để xin xỏ, trở nên lười biếng. Lớn lên họ có thể đi ăn xin thay vì làm việc để nuôi thân. Họ có thể "giả nghèo, giả khổ" để xin tiền từ thiện.
- Tôi cũng nói rõ là thái độ bà mẹ trên rất không tốt, có thể bà ta nghĩ nếu sỉ nhục con làm nó xấu hổ, thì lần sau nó không dám làm nữa. Tôi không bao giờ làm vậy với con mình.

Còn rất nhiều ví dụ tương tự, diễn ra quanh ta hàng ngày hàng giờ. Nếu những người lớn xung quanh dành thời gian để thủ thỉ giải thích, nghe chính kiến của con, thì sẽ dần dần định hình cho con được những cá tính tốt đẹp mà mình mong muốn.

4. Hãy quy định những hình phạt hợp lý nếu con nói dối. Như vậy, để công bằng, khi người lớn nói dối bị bé phát hiện, người lớn cũng bị phạt. Nghe thì buồn cười, nhưng điều đó rất quan trọng.

Người lớn trong nhà không chỉ cần thống nhất quan điểm về việc dạy con mà phải cùng nhau bàn bạc chi tiết từng sự việc xảy ra, để thống nhất hướng giải quyết. Cũng phải có ai đó có tiếng nói cuối cùng về một vấn đề và người đó nên là bố (hoặc mẹ). Ở Việt Nam, điều khó nhất là ai cũng có quyền can thiệp vào việc nuôi con của một cặp vợ chồng: nào là ông bà nội ngoại. Rồi còn cô, dì, chú bác, hàng xóm, khách khứa, bạn bè... Hãy để cho bố mẹ đứa trẻ có toàn quyền chuẩn bị và quyết định các vấn đề liên quan đến con cái: bao giờ đẻ, chuẩn bị thế nào, nuôi con ra sao. Hãy đặt trách nhiệm lên vai chính cặp vợ chồng đó: không gây sức ép, không tranh quyền nuôi con hộ cho bố mẹ chúng. Nếu ông bà có thời gian để giúp đỡ các con trông cháu, rất tốt. Nhưng xin hãy làm theo những gì vợ chồng đứa con yêu cầu, kể cả khi điều đó trái với ý mình. Và vì mình tự nguyện làm, cũng đừng than phiền là vì bố (mẹ) chúng bỏ bê con nên mình vất vả. Nếu các con không cần sự giúp đỡ đó mà tự lo được việc nuôi dạy con, hãy động viên chúng và thấy vui vì điều đó: con đã tự lập, tự biết chịu trách nhiệm về gia đình riêng của mình.

Còn các ông bố bà mẹ trẻ đừng vì giữ không khí yên ấm giả tạo trong gia đình mà cho phép bố mẹ hoặc bất cứ ai khác can thiệp sâu vào việc của gia đình mình, đặc biệt là liên quan đến con cái. Hãy giải thích nhẹ nhàng, nhưng thật rõ ràng (không né tránh) với các cụ: đó là trách nhiệm của vợ chồng bạn. Khi cần các cụ giúp đỡ, cũng nên trao đổi rõ là các bạn muốn các cụ giúp thế nào. Lúc đầu, các cụ (đặc biệt là các bà mẹ chồng) có thể nổi giận nhưng nếu rõ ràng được ngay từ đầu, sẽ tránh rắc rối về sau, có thể dẫn tới mâu thuẫn lớn, thậm chí là đổ vỡ. Một điều rất quan trọng: Xin các bà mẹ chồng đừng nói xấu con dâu với các cháu của mình hoặc sử dụng các cháu như công cụ để “chiến đấu” với con dâu.

4 tháng đầu tiên của cuộc đời

Bây giờ tôi sẽ nói về nuôi dạy bé trong 4 tháng đầu tiên của cuộc đời:

1. Luyện thói quen ngủ đêm: Cứ nghĩ đến cảnh cả nhà thay nhau thức đêm để cho bé ăn, ai cũng thấy ngán. Nhưng chắc không nhiều người biết: có thể luyện để các bé ngủ liền một mạch 8 – 10 tiếng/ đêm chỉ sau 2 tháng. Con gái tôi ngủ ngon lành từ 10 giờ tối đến 6 giờ sáng lúc 2 tháng 10 ngày. Các bạn phải kiên trì. Nguyên tắc để luyện là từ ngày đầu tiên, giúp để các bé có thể phân biệt giữa giấc ngủ ngày và giấc ngủ đêm.

- Vào ban ngày: Không nên cho bé ngủ quá 2 tiếng/giấc. Hãy đưa bé ra khỏi phòng ngủ lúc 6 – 7 giờ sáng, rửa miệng, mặt, tay, chân, thay tã và quần áo. Cho bé bú cữ sáng, rồi có thể cho phơi nắng độ 15 phút. Nếu bé buồn ngủ, cố đánh thức bằng mọi cách (rửa mặt, cù chân...), cố giữ đến độ 10 giờ, cho bé ăn một cữ rồi cho ngủ. Đặt bé ngủ ngày ở phòng khách, không cần kéo rèm, cả gia đình cứ sinh hoạt bình thường. Có thể bật nhạc vừa phải, không cần và không nên giữ yên lặng. Bằng cách này, bé sẽ nhận ra rằng giấc ngủ ngày thì ở nơi ồn ào, có ánh sáng, chứ không thoải mái, mát mẻ hoặc ấm cúng như ngủ đêm. Chỉ nên cho bé ngủ tối đa 3 giấc ban ngày và chậm nhất phải đánh thức dậy lúc 5 – 6 giờ chiều.

- Vào ban đêm: Quãng 7 giờ tối, cho bé ăn, chơi với bé một lúc, sau đó tắm rồi đưa bé vào phòng ngủ: kéo rèm, tắt hết điện, tạo cho bé điều kiện thoải mái nhất trong khả năng có thể. Lưu ý là nhiệt độ phù hợp với trẻ con lúc ngủ là 22 – 25oC, tất nhiên phải cho bé mặc đồ ấm và đắp chăn vừa phải. Ở nhiệt độ này, thần kinh bé thư giãn nhất, bé ngủ ngon và phát triển trí tuệ tốt hơn. Các bậc bố mẹ Việt Nam luôn có tâm lý sợ con bị lạnh, thật sai lầm! Các bé chịu lạnh rất giỏi. Tôi nghĩ hầu hết trẻ con Việt Nam viêm đường hô hấp vì lý do bị ủ nóng quá nên không thể quen với sự thay đổi nhiệt độ. Có những em bé bị ủ kín suốt ngày trong quần áo ấm, mặc dù nhiệt độ ngoài trời là 35 độ!

- Quãng 10 hoặc 11 giờ, đánh thức bé dậy cho bú một cữ nữa, rồi cho bé ngủ tiếp.

Nếu kiên trì thực hiện theo cách trên, thường thì sau 2 – 3 tháng, bé sẽ ngủ được nguyên giấc đêm, không còn làm bố mẹ kiệt sức vì thiếu ngủ.

2. Phát triển trí tuệ: Hãy bắt đầu từ ngày đầu tiên

- Đọc sách cho bé nghe: Các bạn mua loại sách chữ thật to, mỗi ngày đọc cho bé độ 3– 4 lần, mỗi lần quãng vài phút, rồi tăng dần lên 30 phút. Đọc thật rõ ràng, chậm rãi, khi đọc đến từ nào, chỉ ngón tay vào dưới từ đó để giúp cho bé liên hệ giữa âm thanh và mặt chữ. Sau 3 năm tôi đọc cho con nghe theo kiểu này, bé tự biết đọc.

Một hôm, lúc con hơn 3 tuổi, tôi đang đọc cho bé nghe, nó hòa giọng đọc theo. Tôi ngừng lại, nó vẫn đọc tiếp. Làm việc này, bạn sẽ phát triển được cho con cả kỹ năng nghe và kỹ năng đọc hiểu.

- Nói chuyện thường xuyên với bé: Luôn nhìn thẳng vào mắt bé khi nói chuyện. Hãy nói với bé về nhiều đề tài, nói một cách rõ ràng, không được dùng giọng nựng trẻ con. Làm như vậy, bạn giúp bé sau này phát âm chuẩn, nói năng rành rọt. Hễ làm gì, tôi tả ngay cho con nghe, ví dụ: “Mẹ mở cửa sổ ra con nhé! Con sẽ thấy ánh sáng tràn vào nhà. Kia là mặt trời, mặt trời mang lại sự sống cho trái đất...” Tóm lại, tôi nói suốt ngày, nhiều lúc cứ tự cười mình là dở hơi. Để ý thì tôi thấy chỉ sau vài ngày, cháu đưa mắt nhìn theo hướng tôi nói một cách rất chăm chú. Có lẽ nhờ vậy, chỉ 13 tháng, con tôi đã nói rất rành rọt, sử dụng được nhiều câu dài và từ tương đối phức tạp.

3. Trong bốn tháng đầu tiên, bé chỉ ăn sữa. Do vậy, việc ăn rất đơn giản. Điều quan trọng là không được ép ăn và để cho bé ăn theo nhu cầu. Việc bé bú ít hay nhiều là do nhu cầu cơ thể. Ép ăn chỉ làm cho bé ói và sợ ăn. Bạn phải làm sao để các bé cảm thấy lúc đói được cho bú là niềm vui lớn nhất tại giai đoạn này của sự phát triển. Các bà mẹ cứ hay dọa nhau là mỗi tháng bé phải lên được 1 kg, tôi thấy điều đó không cần thiết, đặt sức ép lên các bà mẹ, để rồi lại ép các cháu ăn – kết quả là bị ép thì ói, bắt ăn lại – tạo thành một vòng lẩn quẩn. Miễn là các bé lên cân, khỏe mạnh là đạt yêu cầu. Việc lên được bao nhiêu trong một tháng không quan trọng. Nếu bé bị táo bón, có thể thay đổi chế độ ăn của mẹ (thêm rau, trái cây...). Trong bốn tháng đầu, chưa nên cho ăn gì thêm, ngoài sữa. Hệ thống tiêu hóa của bé còn yếu, chưa sẵn sàng để ăn đồ ăn khác.

Từ tháng thứ 4 đến tháng thứ 7

Với bài viết này, tôi xin chia sẻ kinh nghiệm nuôi dạy con trong giai đoạn từ 4 đến 7 tháng tuổi. Xin các bà mẹ lưu ý, tuy chỉ kéo dài 3 tháng, giai đoạn này cực kỳ quan trọng bởi nó quyết định sự thành bại trong việc giúp trẻ tự lập về ăn uống và các hoạt động khác như tập đọc sách, tập ngồi, tự tắm...

1. Chế độ ăn: Khi bé tròn 4 tháng là lúc nên bắt đầu cho bé ăn dặm. Mỗi ngày, tôi cho bé làm quen với 1 món ăn mới và cứ 2 – 3 ngày thì tăng thêm 1 bữa dặm, cho đến khi đủ 3 bữa. Trong giai đoạn này, bé chỉ được ăn các loại chất bột, rau và trái cây. Có thể cho bé ăn thêm trứng, tối đa 2 lần/tuần, mỗi lần chỉ một phần tư lòng đỏ. Nên cho bé ăn một loại đồ ăn/bữa, không nên kết hợp nhiều loại. Ví dụ sáng cho trái cây xay, trưa bột gạo lức, tối rau xay. Cách ăn này đem lại 2 tác dụng: thứ nhất, bé được làm quen với mùi vị của từng đồ ăn một cách riêng biệt, để phân biệt được các loại đồ ăn cũng như cách thưởng thức nó; thứ hai, việc ăn từng món sẽ giúp bé dễ tiêu hóa hơn và cũng giúp bạn phân biệt được món nào bé thích, món nào bé không thích, loại nào làm bé đi ngoài.

Bạn có thể làm nước cốt súp như sau: mua các loại củ và rau su hào, bắp cải, su su, súp lơ, cà rốt, củ cải (mỗi loại một ít), đun sôi nước, băm nhỏ các loại rau rồi cho vào nồi, khi sôi bùng lên thì hầm nhỏ lửa trong vòng 15 – 20 phút. Nhấc ra để nguội, lọc lấy nước, cho vào các hộp thủy tinh nhỏ để vào ngăn đá (mỗi hộp chỉ tối đa độ 30 – 50 ml cho tháng đầu, sau tăng dần theo khả năng ăn của bé). Tôi thường làm mỗi lần độ 60 hộp, đủ cho một tháng. Bạn có thể dùng nước này để quấy bột hoặc cho rau vào đun rồi xay cho bé ăn. Về bột, để đảm bảo bé ăn đủ chất, tôi mua quãng 20 loại gạo lức, mua cả lúa mì, lúa mạch, yến mạch... rồi xay khô mỗi loại độ 50 – 100gr, cho vào lọ đậy kín, để tủ lạnh. Mỗi bữa, tôi cho bé ăn một loại. Cũng nhờ cho bé ăn đủ loại bột mà không ở đâu bán mỗi loại 100 gr nên cả nhà tôi được ăn phần còn lại, vậy là “mua cho bé, cả nhà cùng được nếm”. Để đảm bảo cung cấp đủ chất xơ và vitamin cũng như khoáng chất, tôi chỉ dùng các loại ngũ cốc còn nguyên cám.

Lịch cho bé ăn dặm được tôi thực hiện như sau: Trong tuần đầu, mỗi ngày chỉ cho bé làm quen với một loại đồ ăn mới.

- Ngày 1: Đúng vào ngày bé tròn 4 tháng, sáng ngủ dậy, tôi cho bé ăn khoảng 20 ml trái cây xay (chỉ 1 loại quả), sau đó uống thêm sữa. Các bữa sữa trong ngày tôi giữ bình thường.

- Ngày 2: Sáng tôi cho bé ăn loại trái cây khác ngày 1.

- Ngày 3: Tôi cho ăn lại loại trái cây của ngày 1 vào bữa sáng. Bữa trưa tôi cho bé ăn 1 loại bột quấy với nước cốt rau. Trong bữa ăn, có thể cho bé uống nước cam hoặc táo ép tươi (tuyệt đối không dùng nước hộp).

- Ngày 4: Ăn trái cây cùng loại của ngày 2, ăn loại bột mới.
- Ngày 5: Ăn trái cây mới, ăn bột giống ngày 3.

Cho đến khi bé 2 tuổi, tôi không nêm muối hoặc đường vào đồ ăn.

Khi bé được 6 tháng, bạn có thể bắt đầu cho bé uống thêm sữa hộp (không có đường). Vì bé đã ăn dặm, nếu bạn cho bé ăn đủ dinh dưỡng, việc uống nhiều sữa công thức dành cho trẻ em không cần thiết nữa. Nên cho bé làm quen với nước trắng và uống thường xuyên.

Từ lúc bé được hơn 3 tháng, tôi đã bắt đầu cho bé tập nhai bằng cách lấy cà rốt sống, gọt vỏ rửa sạch, đưa cho bé từng khúc, bé sẽ cầm và cần cù gặm suốt ngày. Cứ quãng 1 – 2 tiếng (hoặc khi bé làm rơi), đổi cho bé khúc mới. Cũng lúc này tôi tập cho bé uống sữa bằng cốc có núm nên 4 tháng bé đã có thể tự cầm ly để uống, không cần bú bình nữa.

2. Tập cho bé tự ăn: 4 tháng, bé chưa biết ngồi, tôi cho bé ngồi ghế dựa hơi ngửa, tôi cầm 1 thìa, bé cầm 1 thìa. Tôi vừa xúc, vừa nói rõ ràng để hướng dẫn bé, ví dụ: “Hôm nay, con ăn món đu đủ xay. Biết tại sao phải xay không con? Vì con chưa có răng, gọi là Thu sún đấy!” Khi bé soi gương, tôi cũng nhe răng ra, rồi hai mẹ con cười lăn. Bằng hành động này, tôi muốn dạy bé tự chế giễu mình một cách hài hước. Rồi tôi cầm tay bé, giúp bé xúc và đưa vào mồm. Sau 1 – 2 tuần, bé không cho tôi cầm tay nữa mà giằng ra để tự xúc, đưa thức ăn vào mồm thì ít, vào mũi, mặt, quần áo, thậm chí với tay đổ lên đầu, rồi vung vẩy đổ ra ngoài nhiều hơn. Bữa ăn của bé thường kéo dài khoảng 30 phút với đầy đủ các trò đùa do bé và tôi nghĩ ra, kết quả là chỉ sau độ hai tuần, bé tự ăn ngon lành, chẳng cần ai đút nữa. Tất nhiên, cũng phải độ 1 – 2 tháng sau, lượng thức ăn mới vào được mồm bé 50%. Tôi để cho bé chơi với đồ ăn, muốn bôi sao cũng được, sau khi ăn mới đi rửa ráy. Để không bẩn nhà, tôi thường đặt ghế ăn lên tấm nilon, nếu bé có vứt đồ ăn xuống, sàn không bị bẩn, đỡ công lau.

3. Tập các hoạt động khác:

- Tập ngồi: 5 tháng là lúc bạn nên tập cho bé ngồi. Tôi dạy bé ngồi như sau: giữ bé ngồi trên tấm đệm cứng, cho bé ôm quả bóng nhựa, đặt thêm con búp bê ngồi đối diện để làm mẫu. Tôi khuyến khích: “Con thấy bạn búp bê ngoan chưa, bạn ngồi đối diện con này. Vậy con ôm quả bóng, rồi ngồi giống bạn nhé”. Bé ôm quả bóng, lắc lư một lúc rồi ngã lăn kềnh ra. Thấy cả nhà vỗ tay, bé khoái lắm đòi tôi kéo dậy để ngồi tiếp. Sau vài ngày, bé đã có thể tự ngồi rất vững. Vậy là từ đó, đến giờ ăn, tôi cho bé ngồi trên bộ ghế ăn cao, sát với bàn ăn cả nhà, để bé có cảm giác được ăn cùng gia đình.
- Tập chơi với nước: Khi bé bắt đầu biết ngồi, mỗi ngày tôi cho bé chơi với nước 2 lần (tôi dùng nước máy bình thường, không cần pha ấm). Buổi sáng, sau khi ăn khoảng 1 tiếng, tôi lấy cái chậu nhựa, để các đồ chơi nước rồi cho bé cởi trần chơi 15 – 30 phút. Tôi giao hẹn rõ là chỉ chơi 15 - 30 phút và đến giờ thì rửa ráy cho bé rồi chuyển sang hoạt động khác. Tôi rất nhẹ nhàng nhưng cương quyết trong việc giữ lịch cho bé trước (thường thấy bé gật gật khi mẹ giao hẹn, lúc đó cũng không

rõ là bé có hiểu thật không) và tôi không hề có vấn đề với việc bé vòi vĩnh. Trẻ con rất nhạy cảm về kỷ luật: khi chúng thấy người lớn kiên trì giữ kỷ luật, thực hiện đúng những gì bạn nói, chúng sẽ tuân thủ rất tốt. Cuối giờ chiều, tôi cho bé vào bồn tắm (vào mùa hè hoặc khi ở trong Nam, tôi để nhiệt độ nước bình thường, không pha nước ấm). Tôi đặt cái ghế chuyên dùng cho bé tắm, để cho bé nghịch thoải mái, dạy bé dùng miếng bọt biển tự kỳ cọ cho mình. Cũng từ quãng 5 tháng, tôi thường xuyên cho bé ra bể bơi, đeo phao vào rồi hai mẹ con bì bõm.

4. Cùng đọc sách với bé: Bạn hãy biến sách thành người bạn thân thiết nhất của bé. Bất cứ ở đâu, khi có bé, tôi để đầy các loại sách dành cho trẻ con. Tôi tăng dần lịch đọc sách cho bé: hễ tôi rảnh là hai mẹ con ngồi đọc sách. Từ tháng thứ tư, bé đã biết chọn những quyển mình thích, giơ ra yêu cầu mẹ đọc. Lúc tôi bận, bé thường tự ngồi với sách, rồi ê a như đang đọc. Tôi khuyến khích bé đọc sách cho bà nghe, bé khoái lắm, ê a rất hăng. Nhiều lúc thấy bé cầm sách ngược làm tôi cười đau cả bụng.

5. Ngoài ra, lúc làm bất cứ việc gì, tôi đặt ghế cho bé ngồi cạnh, rồi dạy bé từng từ. Ví dụ, khi nấu ăn, tôi giơ miếng thịt gà, dạy bé phát âm, rồi giải thích cho bé là con gà trông ra sao, ăn thịt gà có lợi thế nào. Nếu có cơ hội, tôi chỉ cho bé con gà đang sống chạy ngoài sân. Bé chưa nói được, tôi không quan tâm. Tôi biết bé sẽ ghi nhớ những cái đó vào đầu. Tôi cũng bắt đầu dạy bé đếm đồ vật xung quanh. Khi ở nhà hoặc đi bất cứ đâu, tôi sử dụng mọi cơ hội để nói với con về các hiện tượng xảy ra xung quanh: một cái lá vàng rơi, một bông hoa tươi hoặc héo, một bà mẹ đang mắng con, hai người cãi nhau... đều có thể trở thành đề tài câu chuyện. Tôi giải thích cho bé hoa nở ra sao, các lý do làm cho hoa héo, rồi so sánh với con người. Những vấn đề liên quan đến con người (như bà mẹ mắng con, người lớn cãi nhau...), tôi đều đưa ra các lý do giải thích, các phương án có thể xử lý hoặc chính kiến của tôi cùng với lý do tôi có chính kiến đó. Thường thì tôi hay hỏi cháu: con nghĩ sao? Tất nhiên cháu chưa biết nói, nhưng nhìn vào mắt con, tôi biết nó quan tâm và hiểu. Các bạn lưu ý khi nói chuyện, các bạn phải tìm những từ ngữ dễ hiểu và diễn đạt sao cho dí dỏm, hài hước, ngắn gọn thì mới làm bé quan tâm. Cách làm này tôi học được chính từ việc đọc sách cho con nghe.

Như tôi đã chia sẻ trong một bài viết trước đây: trẻ dưới 3 tuổi ghi nhận các sự việc xảy ra xung quanh một cách gần như vô thức. Hệ thần kinh của bé sẽ chụp ảnh, ghi nhận, truyền tải tự động. Nếu bố mẹ kiên trì thực hiện những điều trên thì mỗi ngày một chút, trí tuệ bé sẽ được bồi đắp, kiến thức thấm dần. Cho đến một ngày, bạn có thể vui mừng chợt nhận ra: À, hóa ra nhờ vậy, con mình có hiểu biết hơn hẳn những đứa trẻ cùng lứa tuổi nhưng không có điều kiện được bố mẹ nuôi dạy đúng cách.

Cá nhân tôi luôn tin rằng: nếu con bạn không bị bệnh gì liên quan đến trí tuệ thì 99% trí thông minh là do được nuôi dạy sớm đúng cách, đúng lúc, chỉ một vài phần là do di truyền mà thôi.

Từ tháng thứ 7 đến tròn năm

1. Chế độ ăn: Khi bé tròn 6 tháng, bạn có thể bắt đầu cho bé làm quen với các loại đạm động vật như thịt, cá. Tôi không bao giờ dùng nước xương hầm vì thành phần có nhiều chất béo. Thường thì tôi xay thịt hoặc cá rồi quấy cùng bữa bột. Bước đầu, mỗi ngày chỉ cho bé ăn một bữa có đạm động vật, các bữa khác, tôi cho ăn thêm các loại đậu hạt (nấu với nước cốt rau rồi xay).

Bắt đầu từ thời điểm bé tròn bảy tháng, tôi ngừng cho ăn bột, chuyển sang ăn cháo loãng, nấu rất nhừ. Tất nhiên, trong 2 – 3 bữa đầu, cháu ọe liên tục, thậm chí bị ói. Các bà mẹ đừng nản lòng mà bỏ cuộc. Chỉ đến ngày thứ hai, chậm lắm là ngày thứ ba, bé sẽ ăn ngon lành. Nếu bạn cho bé ăn bột trở lại, bé sẽ nhè ra. Tôi cũng ngừng việc xay rau và trái cây. Với rau, tôi thái nhỏ, nấu nhừ với nước cốt. Với trái cây, tôi nghiền nhỏ các loại mềm như xoài, chuối, kiwi... với cam, tôi bóc vỏ lụa và cho bé ăn từng miếng nhỏ.

Mỗi ngày, tôi cho bé ăn 3 – 4 bữa dặm kèm với nước trái cây, hoặc sữa. Giữa các bữa này, tôi cho bé uống sữa tươi hộp loại một lít, nguyên kem. Tôi chỉ sử dụng sữa ít béo khi bé tròn 3 tuổi. Mỗi ngày, tôi cho bé ăn 1 thìa cafe dầu olive (extra virgin), trộn vào canh hoặc cháo. Nếu mua được dầu dừa tươi lạnh đảm bảo chất lượng, bạn nên cho bé ăn một ngày 1 – 2 thìa cà phê vì dầu dừa có tác dụng diệt virus, vi khuẩn và nấm rất tốt, giúp bé tăng cường sức đề kháng.

Khi bé được 10 tháng, tôi bắt đầu tập cho bé ăn cơm nhão. Chỉ sau một tuần, bé ăn được cơm. Từ đó, tôi bố trí bữa ăn gia đình vào giờ hợp lý để bé cùng ăn luôn, cả nhà ăn gì, bé ăn nấy. Để có cơm nhão hơn cho bé, tôi vẫn nấu bình thường, khi cơm gần chín, tôi lấy nước sôi chế thêm vào một góc nồi cơm, rồi đậy nắp lại. Phần cơm chỗ đó sẽ nhão hơn và dành cho bé. Bây giờ nghĩ lại, tôi vẫn ngạc nhiên khi con gái tôi có cái răng đầu tiên vào lúc 11 tháng, vậy mà 10 tháng đã bắt đầu ăn cơm và nhai mọi thứ bằng hàm rất kỹ. Vì bé đã ăn uống bình thường, từ tháng thứ 11 trở đi, khi đi đâu, tôi đều đem bé đi theo.

2. Các hoạt động khác: Tròn 7 tháng là tuổi sinh lý của việc tập đi. Bắt đầu từ lúc này, tôi tập cho bé đi bằng cách: một người giữ hai bên nách, một người giữ hai bàn chân, hướng dẫn bé cách đi. Chỉ sau 2 – 3 ngày, bé đã tự đi men và một tuần sau thì bắt đầu đi chập chững. Tôi mua cái dây buộc ngang nách và vai (loại chuyên dụng cho trẻ mới biết đi) rồi để bé tự đi. Nếu bé mất thăng bằng, tôi cầm đầu dây xách lên (giống hệt như xách con chó con). Từ lúc bé đi được, tôi bỏ luôn xe đẩy và cũng không bao giờ bế khi đi chơi.

Cho đến khi bé 6 tuổi, tôi không bao giờ mua kẹo, bánh hoặc bất cứ loại đồ ngọt nào. Vì vậy, cho đến bây giờ, con gái tôi vẫn rất ít ăn đồ ngọt. Tôi cũng hầu như không cho bé xem TV mà chỉ đọc sách, nghe nhạc, lúc nào thích thì hai mẹ con nhảy múa theo nhạc tưng bừng.

Vào giai đoạn này, tôi mua thêm nhiều loại sách có chữ nhỏ hơn trước, nội dung câu chuyện cũng dài hơn. Sau khi đọc cho bé nghe, tôi giải thích để bé hiểu kỹ về nội dung câu chuyện, nhận xét về nhân vật tốt, xấu. Nếu là các câu chuyện về thiên nhiên (cỏ, cây, hoa, lá…) thì khi nhìn thấy hoặc có những thứ đó trong tay, tôi đều liên hệ với các câu chuyện đã đọc để giúp bé phát triển ngôn ngữ và trí tưởng tượng.

Tuổi lên 2 và những phiền muộn của các ông bố, bà mẹ

Qua sinh nhật đầu tiên, bé chập chững biết đi. Và sớm thì từ 11 tháng, muộn thì từ 15 – 17 tháng, các ông bố, bà mẹ chợt nhận thấy sao bé của mình thay đổi từng ngày. Đầu tiên là từ KHÔNG rất cương quyết được bé phát ra hầu như mọi lúc, mọi nơi. Rồi bé chập chững đi lại lung tung, sờ vào mọi thứ, thử mọi giới hạn của bố mẹ. Nếu không được làm như ý, bé có thể khóc rất to và rất kiên trì tới hàng tiếng. Chẳng trách Tây họ nói: "Terrible Twos" – Khủng hoảng tuổi lên 2.

Cách đây mấy tháng, cháu gái tôi ở Singapore hốt hoảng hỏi: "Cô ơi, dạo này con bé thay đổi nhiều lắm, bướng bỉnh kinh khủng". Để rồi đến dịp đi Hawaii cùng nhau, tôi quan sát được rất nhiều điều và cũng cho vợ chồng nó rất nhiều bài học.

Con bé này cực kỳ thông minh, mới gần 2 tuổi mà đã biết rất nhiều thứ. Một điều nữa khiến tôi hay "cằn nhằn" vợ chồng đứa cháu trong chuyến đi là chúng chẳng chịu hiểu tâm lý của trẻ lên 2 tí nào cả.

Điều thứ nhất: Bé đã đi rất vững mà đi đâu cũng mang theo xe đẩy, để bé ngồi trên đó. Tất nhiên, bé ngồi xe đẩy thì bố mẹ nhàn và có cảm giác an toàn hơn. Bé chạy lung tung thì một trong hai người phải chạy theo, mệt chết đi được. Rồi lúc bé mỏi chân, đòi bế, cũng không biết xử lý thế nào. Nhưng các bạn có biết rằng: cứ cho bé ngồi xe đẩy là bạn làm mất biết bao cơ hội khám phá và học hỏi của bé. Vậy là tôi quyết định: cho bé đi với tôi. Lúc đầu, cứ đi được 1 chút, nhìn thấy cái xe đẩy, bé lại khóc và đòi ngồi xe. Cáu quá, tôi bắt bố mẹ bé giấu xe đi và tôi làm trò cho bé quên chuyện ngồi xe. Chỉ sau vài ngày, bé đi bộ được tới vài cây số lên núi cùng với tôi (tôi đuổi mọi người đi trước hết, để mình tôi với bé). Nào là hát, múa, thi chạy... tôi nghĩ ra đủ trò tiêu khiển, làm con bé thích mê. Vài ngày sau, tôi "xúi" bé dùng chiếc xe đẩy làm đồ chơi. Nó đẩy xuôi, rồi nghĩ ra trò đẩy ngược – nghĩa là cầm phía ghế ngồi để đẩy – mà quả thật đẩy vậy dễ hơn. Vậy là chỉ với cái xe, bé chơi được bao nhiêu ngày, lại còn học được cách tránh đẩy vào người khác. Khi ở sân bay, bé cực kỳ thích chui qua chui lại dưới mấy cái hàng rào ngăn bằng dây vải. Tôi để kệ cho bé chơi và quan sát thì thấy bé tự học được kỹ năng đánh giá chiều cao dây để cúi đầu chui qua.

Điều thứ hai: Y như các bà mẹ Việt Nam khác, mẹ nó suốt ngày lo bé ăn không đủ. Cứ thoắt cái lại thấy nhét thứ gì đó vào mồm con. Mà con bé thì đâu có khó ăn, nếu không nói ngược lại. Cái gì thích, bé ăn tuốt. Và những thứ bé thích thì đều tốt cả: trái cây, thịt, cá. Bé chỉ ghét sữa thôi (hồi bé bị mẹ ép quá mà). Cứ đến bữa, mẹ chỉ muốn dùng thìa đút cho thì bé giãy nảy lên, đòi tự ăn bằng tay. Tôi bèn bắt rửa sạch tay cho bé và tôi cho bốc thoải mái, bé ăn ngon lành. Thấy tôi ăn các loại hạt (nuts, seed), nó đòi ăn và cực kỳ thích hạt macca, hạt thông, hạt bí (mà ăn được hạt thì quá tốt). Đến ăn phở tôi cũng cho nó bốc hoặc chơi trò hai

bà cháu đút cho nhau, bé khoái chí cười khanh khách. Tóm lại, mẹ sợ cho con tự ăn thì nào bẩn tay, bẩn quần áo, phiền phức, nên cứ nhét thức ăn vào mồm con. Con thì đang tuổi thích khám phá, thích tập tự lập, cái gì cũng đòi tự làm. Cách tốt nhất là dạy cho bé làm, chứ sao lại cấm bé? Lúc nó thích học làm, thì cấm. Sau này nó ì ra không làm nữa thì lại kêu ca.

Điều thứ ba: Sau mấy ngày quan sát, tôi rút ra kết luận, hầu hết những lúc bé kêu hoặc khóc ầm lên là do bố mẹ vô lý. Ví dụ, bé đòi bắt chước người lớn uống nước từ cốc thì lại đưa cái chai có ống hút. Nếu là tôi, tôi sẽ lấy ngay cái cốc nhựa, dạy nó cách cầm và uống. Nó có làm ướt quần áo thì thay, có gì nghiêm trọng đâu? Nó đòi sờ vào cái gì, mẹ cũng kêu bẩn, vậy thì làm sao phát triển được giác quan? Nếu bẩn thì sau đó rửa cho sạch, chứ sao phải cấm?

Điều thứ tư: Muốn cấm bé điều gì, cần phải giải thích rõ tại sao cấm và cương quyết thực hiện. Đằng này, cha mẹ bé lại cấm nửa vời, rồi khi bé khóc dai lại “đầu hàng vô điều kiện”. Cứ kêu tên con theo kiểu dọa dẫm, làm sao bé hiểu được là bố mẹ muốn nói gì? Với con trẻ, cái gì cũng phải nói thật rõ ràng, rành mạch và đảm bảo con hiểu.

Có một việc khá nghiêm trọng xảy ra và đến bây giờ vẫn làm tôi suy nghĩ. Vốn bố mẹ chưa biết cách “kỷ luật” với bé nên bé hay dùng tiếng khóc để đạt được mục đích. Hôm đó, tôi đang loay hoay làm gì đó thì thấy ở đầu kia, bé khóc ầm lên, bố của bé gọi tôi: “Bà Hà ơi, trường hợp này thì bà làm thế nào?”. Thì ra bé vứt quyển sách xuống đất, rồi nhìn ông. Ông lắc đầu, thế là bé khóc ầm lên, nhào vào lòng bố. Tôi bèn nói với bố mẹ bé:“Để cô xử lý” rồi rất nhẹ nhàng bế bé vào phòng ngủ. Tôi đóng cửa ngồi trong đó nghe bé khóc, đòi ra ngoài... Một cách rất bình thản, tôi nói đi nói lại với bé: “Con không được vứt sách xuống đất. Nếu con nín khóc và ra ngoài đó tự nhặt sách lên, bà sẽ dẫn con ra”. Bé hết kêu bố, kêu mẹ, kêu con thỏ bông, sau cùng thì ngừng bặt và ngẫm nghĩ. Tôi cũng không ngờ là bé bắt đầu đòi ăn hạt (khôn thật, vì bà hay cho nó ăn hạt). Tôi vẫn rất tươi cười nói: “Bà sẽ cho con ra, khi con nín khóc và ra nhặt sách lên, rồi xin lỗi ông”. Bé khóc thêm một lúc nữa rồi nín. Khi tôi hỏi bé có đồng ý ra nhặt sách lên hay không, bé gật đầu. Tôi dẫn bé ra, đứng trước cuốn sách đang nằm chỏng chơ dưới đất, bé suy nghĩ rất lâu, phải 15 phút sau, mới chịu nhặt và để lên bàn. Thành công bước 1! Tôi dẫn bé ra xin lỗi ông, bé dứt khoát không xin lỗi. Đợi khoảng 15 phút, tôi nói: “Con không xin lỗi ông thì bà lại dắt con vào phòng”. Bé lại khóc ầm lên. Lần này khi vào phòng, bé vừa khóc, vừa kêu ngứa tay, kêu đau, rồi đòi ăn hạt... nghĩa là nghĩ ra đủ trò để đòi ra phòng khách. Bé bập bẹ nói về việc vứt sách, như cố gắng giải thích cái gì. Tôi đã hơi ngờ ngợ là tôi xử lý quá đà khi bắt bé xin lỗi ông. Cuối cùng, tôi hỏi: “Con có đồng ý ra xin lỗi ông không?”. Bé nín khóc và gật đầu. Ra đến nơi, bé cố gắng giải thích gì đó về việc vứt sách mà cả nhà không hiểu. Bé nhất định không xin lỗi, và khi tôi hỏi: “Mình lại phải đi vào phòng thôi” thì bé gật đầu rất cương quyết và thong thả tự đi vào, làm tôi phải chạy theo. Vào đến nơi, bé khá vui vẻ, cứ nhao người ra thành giường cố giải thích bằng tiếng Anh về việc ném sách. Lúc đó tôi chợt hiểu: bé đang muốn nói là bé chỉ ném sách, đã nhặt lên rồi, sao lại phải xin lỗi ông? Hóa ra tôi hiểu nhầm là bé ném sách vào ông. Vậy là tôi phải tìm đường thoát bằng cách giải thích là khi ông lắc đầu, bé tỏ thái độ và khóc ầm lên là không tốt. Thôi lần này không cần xin lỗi ông nữa.

Sự việc qua đi, cái mà tôi không ngờ là hai hôm sau, khi đi ăn phở, tôi ngồi cạnh cho bé dùng tay bốc phở. Bé làm rớt rất nhiều phở lên ghế và cứ chỉ vào đó ý nhờ tôi nhặt lên. Chủ

nhà hàng nói chị cứ vứt xuống đất, tí nữa bọn em quét. Vậy là tôi lấy tay hất phở bé làm rơi xuống sàn. Tự nhiên bé nhắc đến hai từ vứt sách. Phải đến vài tiếng sau, tôi mới chợt hiểu: chắc bé muốn hỏi là sao vứt sách thì không được mà bà vứt phở xuống đất thì được. Vậy là lại bỏ qua mất cơ hội giải thích cho bé. Với trẻ con là thế đấy, nếu bạn đưa tiêu chuẩn kép ra, chúng sẽ không thể hiểu. Và khi tiêu chuẩn kép xảy ra liên tục, chúng sẽ lẫn lộn hết, không biết cái gì là tốt, cái gì là xấu và không tin lời nói của người lớn nữa.

Để rồi lúc nãy, tôi vừa nhận được tin nhắn của cô cháu: "*Hồi tối nó chuẩn bị ngủ cháu nằm nói chuyện linh tinh với nó. Cháu hỏi nó có nhớ biển không, nó trả lời: Có, có nhớ biển. Nghĩ thêm một hồi, nó tự nhiên nói: Con nhớ bà, con ném sách, con xin lỗi ông. Nó nhắc đi nhắc lại con xin lỗi ông mấy lần luôn. Vậy là nó bắt đầu có trí nhớ dài rồi cô ơi.*"

Vậy đấy, việc xảy ra đã ghi vào bộ nhớ của bé và có vẻ bé vẫn còn suy nghĩ về điều đó mỗi khi ai nhắc đến.

Vì vậy tôi muốn nhắc các ông bố bà mẹ: Trẻ hiểu nhiều lắm nhưng chưa đủ vốn từ để nói ra rõ ràng. Hãy dành thời gian giải thích và cố gắng hiểu con. Chẳng ai là hoàn hảo. Nếu bạn xử lý sai với con, hãy xin lỗi một cách thành thật và sửa lỗi. Ngoài ra, khi bé đòi cái gì, cố gắng biến việc bé đang thích thành cơ hội để dạy bé điều gì đó. Hãy uốn lưỡi 10 lần trước khi nói KHÔNG với bé.

Tuổi teen - từ 12 đến 18 tuổi

Mỗi khi đọc báo hoặc nghe thông tin nơi này nơi kia, các em học sinh lứa tuổi 13 – 18 tự tử, tôi thấy nhói lòng.

Tuổi teen, đặc biệt trong giai đoạn từ 12 – 13 đến 18 – 19 tuổi, là giai đoạn cực kỳ khó khăn với các cháu và với cả bố mẹ.

Với các cháu, đó là giai đoạn thay đổi lớn về sinh lý và tâm lý, chuyển đổi từ đứa trẻ thành người lớn. Nhưng có cái khổ, nhiều cháu trông đã rất phổng phao (bề ngoài chẳng khác gì các chàng trai, cô gái đã trưởng thành), nhưng bên trong, mọi thứ đều chưa phát triển hoàn chỉnh.

Với bố mẹ, mới hôm qua đây, con mình còn là những cô bé, cậu bé ngoan ngoãn, chăm chỉ học hành, lễ phép, bố mẹ bảo gì nghe nấy. Vậy mà chỉ trong vài ngày, vài tuần, chúng như biến thành con ai đó: lì lợm, thách thức, bất cần, chống đối. Bố mẹ kinh hoàng, lo sợ, cố gắng tìm nguyên nhân. Và các nguyên nhân hay được nhắc đến là:

1. Chắc chắn có ai đó xúi giục nó và bạn bè sẽ là đối tượng đầu tiên bị nghi ngờ. Vậy là diễn ra chiến dịch truy tìm, rình mò các kiểu: sục sạo email, nghe lén điện thoại khi con nói chuyện với ai đó, xem lén tin nhắn, rồi vào Facebook của con để tìm kiếm. Rồi khi tìm được chút chứng cớ, bố mẹ lập tức hành động, mà cách hành động rất phổ biến là đổ lỗi cho phụ huynh của các cô cậu bạn, thậm chí còn liên lạc với họ để lên án, yêu cầu họ phải dạy con họ, không được rủ rê con mình, đồng thời cấm con chơi với các bạn đó.

2. Người lớn nào đó thân với trẻ cũng sẽ lọt vào vòng ngắm luôn. Hoặc ngược lại, nếu cảm thấy tin tưởng người đó, bố mẹ sẽ năn nỉ nhờ khuyên bảo con mình.

Các bậc phụ huynh có nhận thức được rằng: chính những hành động “cuống cuồng” trên sẽ làm hỏng mọi chuyện, đẩy mọi việc vào con đường khó có lối thoát? Con cái tinh lắm, những hành động đó của bố mẹ không qua được mắt chúng và chỉ đẩy chúng vào thế chống đối nhiều hơn – chính điều đó có thể dẫn đến những hậu quả nghiêm trọng. Tôi xin đưa mấy trường hợp làm ví dụ:

- Cách đây 7 – 8 năm, tôi nhận được điện thoại của cậu bạn. Vì tôi đang đi vắng nên chỉ thấy cậu ta quýnh quáng lắp bắp vài câu gì đó, rồi cúp máy. Về đến nhà, tôi lập tức gặp cậu ta thì được biết: cậu con trai lớn 16 tuổi tự nhiên bỏ nhà đi. Cả nhà cuống cuồng tìm kiếm, sau 4 – 5 ngày thì tìm được cậu chàng ở Đà Lạt, hóa ra cu cậu đến một ngôi chùa xin đi tu. May là sư ở chùa không đồng ý, khuyên cậu bé nên về nhà. Tôi bèn mở cuộc “phỏng vấn” với anh bạn thì anh ta thú nhận: cháu ngoan nhưng rất ít nói, chẳng bao giờ chia sẻ gì với bố. Vì lo cho con, sợ con hư, sợ con chơi với bạn bè xấu, bố bèn “tò mò”, tự phong cho mình chức “thám tử tư”,

lẳng lặng kiểm tra lén đằng sau. Rồi khi nói chuyện với con thì "tung hỏa mù", hỏi những câu hỏi theo kiểu "xía vào việc riêng" của con, những câu răn đe ngoằn nghèo, vì không dám nói thẳng và thực ra có muốn nói thẳng cũng không biết nói gì. Rồi anh bố trẻ nêu các tấm gương "con ngoan trò giỏi" của con cái bạn bè xung quanh, của nhà hàng xóm, với hy vọng con sẽ "theo gương" các bạn đó… Tóm lại, là đủ các VÕ được các vị phụ huynh truyền tụng, bày cho nhau. Nghe được một lúc, tôi chóng hết cả mặt, bèn đưa ra phương án: 1. Việc tốt nhất làm được ngay lập tức là để cho con yên, tránh xa ra một bên, ngồi đấy chờ con ổn định lại, rồi tình nguyện làm "sổ chờ" để ủng hộ và giúp khi con cần. 2. Cuối tuần, chị sẽ làm cơm rồi em đưa con đến để chị nói chuyện. Sau đó, chị sẽ có thể cho em những lời khuyên cụ thể.

- Sau buổi nói chuyện với cháu, tôi thấy khá yên tâm. Cháu chỉ bị căng thẳng tâm lý do sống trong môi trường mà người lớn quá khó tính, lại không tin tưởng, chỉ tìm cách kiểm soát mọi việc của cháu. Tôi yêu cầu anh bố trẻ nói chuyện nghiêm túc, xin lỗi cháu và thực sự "để cho cháu yên", ủng hộ các việc cháu làm (nếu việc đó không có hại). Tôi khuyên là cuối tuần, nếu cháu đồng ý, hai bố con nên đi uống café và bố phải chủ động tâm sự với con các việc xảy ra trong cuộc đời mình (mà phải tâm sự thật, không được "tô hồng" để làm gương) và chia sẻ những bài học kinh nghiệm bản thân. Khoảng vài tháng sau, đầu giờ sáng, cậu ta chạy lên phòng tôi, mặt mày hớn hở như trẻ con được cho kẹo, tí tởn khoe: "Chị ơi, 3 giờ đêm qua cháu nhắn tin cho em, nói là: "Bố ơi, con yêu bố lắm". Bây giờ, cháu đã ra trường, đi làm được 2 – 3 năm rồi, còn kiếm đủ tiền để không những "bao" bố café, mà thỉnh thoảng còn rủ được bố đi chơi vào các kỳ nghỉ. Tôi rút ra kết luận: sự thành công chỉ có được khi bố mẹ thực sự nhận thức được vấn đề và sẵn sàng khắc phục sai lầm của mình. Nhưng sự thật đáng lo ngại là rất ít ông bố bà mẹ đủ tỉnh táo và ít bảo thủ để nhận lỗi. Họ luôn tìm cách đổ cho con cái, đổ cho "nửa kia" hoặc lên án xã hội, chỉ có mình là không có lỗi (hoặc lỗi ít nhất).

- Trường hợp một cháu gái, bạn của con gái tôi: khi chúng khoảng 10 – 11 tuổi, tôi dẫn hai cháu đi chơi. Tôi nhận ra một điều: cháu gái đó rất thông minh, nhưng luôn tìm mọi cách để gây sự chú ý của mọi người. Khi lỡ bị ngã, cháu có thể giả đau quá lên, thậm chí tự làm mình đau, chỉ để được chú ý. Sau chuyến đi, tôi trao đổi với con gái và thống nhất là tôi sẽ nói chuyện với bố mẹ cháu. Bố cháu không thực sự đồng ý, nói là "Nó còn bé, lớn lên sẽ khác". Mẹ cháu gặp riêng tôi, nhờ tôi nói chuyện với cháu. Tôi mời cháu gặp tôi cùng con gái, nói chuyện rất thân tình, thẳng thắn và chân thành với nhau. Trước tiên, tôi khen cháu thông minh, quan tâm và rất chịu khó chăm sóc bạn bè. Tiếp đến, tôi hỏi cháu về sinh hoạt trong gia đình và được cháu kể là bố mẹ cháu rất bận, hầu như không có thời gian trò chuyện với cháu. Cứ sau khi đi học về, cháu vào ngay phòng và chỉ chơi một mình. Nếu muốn mẹ để ý đến, nhiều lúc cháu phải gây ra các rắc rối hoặc tự làm đau mình. Tôi nghe cháu rất chăm chú, kể cả khi cháu vừa khóc nức nở vừa kể về nỗi sợ hãi, sự cô đơn từ khi còn bé. Sau đó, tôi lại chia sẻ tâm trạng và nhẹ nhàng khuyên cháu: "Có rất nhiều cách để gợi sự chú ý của mọi người, nhưng cách con đang làm có hại cho chính con nhiều lắm: nó làm con đau, làm con buồn nhiều

hơn, đặc biệt là nó sẽ làm bạn bè xa lánh con, không ai muốn chơi với con nữa". Tôi nghĩ buổi nói chuyện cũng rất bổ ích cho chính con gái mình vì khi lớn hơn một chút, con hay kể là bạn bè có việc gì rất hay tâm sự và nhờ con cho lời khuyên. Sau đó, tôi có trao đổi lại với mẹ cháu. Bẵng đi vài năm, tự nhiên một hôm, mẹ cháu mời tôi đi ăn trưa. Hóa ra sáng hôm đó, cô giáo dạy thể thao của bé gọi cho mẹ cháu, hỏi rằng: "Chị ơi, ai là bác Hà? Sáng nay, cháu có kể cho em nghe về những lời khuyên của bác Hà cách đây mấy năm. Cháu nói: "Nhờ vậy mà bây giờ cháu mới có nhiều bạn bè và cháu rất biết ơn bác Hà về điều đó".

VẬY CÁC BẬC BỐ MẸ NÊN LÀM GÌ VỚI CON CÁI Ở LỨA TUỔI TEEN?

1. Nguyên tắc đầu tiên: Hãy chịu khó đọc và hiểu rõ về tâm, sinh lý của trẻ mới sinh cho đến tuổi trưởng thành và bắt đầu làm bạn với con CÀNG SỚM CÀNG TỐT, ngay khi con vừa chào đời là tốt nhất. Sao vậy nhỉ? Vì có hiểu về tâm sinh lý thì bạn mới có khả năng hướng dẫn và giúp đỡ con phát triển lành mạnh cả về thể chất lẫn tinh thần. Có làm bạn thân với con thì con mới tin tưởng để tâm sự với bạn những gì con gặp phải, những suy nghĩ của con về các sự việc xảy ra, để bạn giúp đỡ và can thiệp kịp thời.

2. Nguyên tắc thứ hai: Tạo lòng tin với con bằng sự yêu thương, sự chân thành, thẳng thắn, rành mạch, sự thông hiểu và tôn trọng. Nếu bạn tuân theo điều này, con bạn sẽ trở thành một người lớn có lòng tự trọng, tự tin, vui vẻ và hòa đồng. Chắc chắn, chúng sẽ có nhiều cơ hội hơn trong cuộc sống.

- Tuyệt đối không tạo áp lực hoặc quyền lực với con dựa trên sự dọa nạt (dọa ma, dọa công an lúc trẻ còn bé, hoặc dọa "học dốt thì sau này đi quét rác" khi con đã lớn hơn…). Không nói dối, rình mò, theo dõi con (mượn danh lòng yêu thương) để "khám phá" cuộc sống riêng tư của con một cách không đàng hoàng.

3. Khi thấy có bất cứ thay đổi bất thường nào của con, phải thật bình tĩnh, sau đó:

- Tìm ngay sách viết về tâm sinh lý lứa tuổi đó để đọc.
- Tìm nguyên nhân sâu xa (trong bất cứ trường hợp nào, cũng có nguyên nhân lớn từ gia đình, các bạn tin tôi đi).
- Thống nhất giữa hai vợ chồng là mình đã sai như thế nào trong cách dạy dỗ con. Điều này là khó nhất bởi thường thì người lớn đổi lỗi cho nhau, đổ cho nhà trường, xã hội, bạn bè của con, rồi đổ cho chính đứa con chứ ít người dám đối diện sự thật và đủ dũng cảm để nói rằng: "Tôi đã sai và vì tình yêu thương, vì tương lai của con, tôi sẽ sửa." Chỉ khi CHÍNH CÁC BẬC BỐ MẸ HIỂU RÕ SAI LẦM CỦA MÌNH(cũng như bác sĩ phải định đúng bệnh cho bệnh nhân trước rồi mới chữa, hoặc máy móc, xe cộ hỏng, phải tìm ra đúng nguyên nhân thì mới sửa được). Chúng ta phải vượt qua được CÁI TÔI án ngữ trong mối quan hệ gia đình, đặc biệt là với con cái, thì mới mong giải quyết được vấn đề.

4. Lập kế hoạch hành động, trong đó, việc đầu tiên là PHẢI CỐ GẮNG LÀM BẠN CỦA CON. Các bạn hãy nêu vấn đề và để con nói về vấn đề của chúng, về những gì chúng suy nghĩ, cách mà chúng muốn được bố mẹ đối xử. Cẩn thận nhé, 90% các ông bố bà mẹ bị thất bại ở bước này. Các bạn sẽ có thể nghĩ là con đang lên án mình vì mình làm mọi việc vì chúng cơ mà: cắm đầu làm việc để kiếm tiền cho chúng "ăn sung mặc sướng", sao chúng lại không biết ơn mà còn trách móc? Mình ép nó học là để sau này nó đỡ khổ, sao nó lên án mình. Các cuộc nói chuyện này hay kết thúc thành cuộc cãi nhau bất phân thắng bại. Đứa trẻ sẽ thu ngay mình lại trước bất cứ phản ứng nào của bố mẹ, để rồi sự việc có thể xấu hơn. Con số 90% tôi nêu ở trên không quá cao, đặc biệt là ở Việt Nam, thực tế còn có thể cao hơn nhiều, đặc biệt là với các ông bố bà mẹ lớn tuổi. Rồi còn sự tham gia của ông bà, chú bác cô dì hai bên. Nên xác định đây sẽ là bước đầu tiên và khá hóc búa, nhưng cũng chỉ là bước đầu.

5. Sau khi có kế hoạch hành động và đã thống nhất với con, bố mẹ phải phân công nhau theo sát và giúp con thực hiện. Đây mới là bước khó nhất. Bố mẹ, thậm chí ông bà sẽ phải thay đổi chính mình (cả trong cách nghĩ và hành động), để làm gương và giúp đỡ cho con (cháu) tự thay đổi. Sau 3 tuổi, cá tính và thói quen đã hình thành, thay đổi bắt đầu khó (bạn cho bé ăn bánh kẹo từ lúc 1 – 2 tuổi, liệu từ 3 tuổi bạn có đột nhiên ngừng lại không cho ăn nữa? Bé sẽ khóc lóc, giận dỗi, bỏ ăn, thậm chí nằm lăn ra, bạn phải làm gì?). Bé 7 – 8 tuổi mê chơi game và xem TV, bạn biết sẽ khó đến thế nào để giảm dần thời gian chơi và xem TV, vì chính bạn (hoặc vợ chồng) bạn cũng thích xem hoặc thích chơi mà? Hãy cân nhắc khả năng thực hiện kế hoạch trước khi bắt đầu thực hiện và lường trước những khó khăn "to như đỉnh núi" nằm phía trước nhé! Cái khó nằm ở chỗ bạn phải thực hiện nó không chỉ một giờ, một ngày hay một tuần – mà phải làm 365 ngày/năm, kéo dài cho đến khi con vào đời. Tình yêu thương con có đủ để giúp bạn kiên trì đến vậy?

Để kết luận bài viết này, tôi có lời khuyên: hãy bắt đầu càng sớm càng tốt, từ khi đứa trẻ mới được sinh ra. Mọi việc sẽ dễ dàng hơn nhiều bởi tạo thói quen dễ gấp nhiều lần so với việc thay đổi thói quen.

Con càng lớn thì sự thay đổi càng vất vả và thành công hay thất bại phụ thuộc vào việc bạn có lên được một kế hoạch thực tế, phù hợp với hoàn cảnh của gia đình và kiên trì giúp con thực hiện nó hay không.

Hãy tôn trọng con, tôn trọng những suy nghĩ, quan điểm, ý thích và chí hướng của con. Đây là điều quan trọng nhất giúp bạn thành công trong sự nghiệp "trồng người".

Chúc các bạn thành công, để trong tương lai, Việt Nam có một thế hệ trẻ có thể đưa đất nước sánh vai với "các cường quốc năm châu".

Hãy để con tự quyết định tương lai của mình!

Tôi có nhiều bạn bè, rồi biết bao người quen biết. Khi gặp gỡ con cái họ, hình ảnh tôi thường thấy là vẻ bẽn lẽn, thẹn thùng, im lặng của các cô gái trẻ với đôi mắt luôn nhìn xuống hoặc vẻ thiếu tự tin, bị ức chế của các chàng trai. Nhiều cháu đã ở lứa tuổi 20 nhưng khi tôi bắt chuyện thì ấp úng, lúng túng, không thể nói năng gẫy gọn, không dám nói ra chính kiến của mình hoặc chẳng hề có khái niệm về chính kiến??? Cái gì đang xảy ra với xã hội Việt Nam? Câu hỏi này trăn trở trong tôi đã nhiều năm nay, tôi muốn tìm câu trả lời cho chính bản thân mình.

Thế hệ chúng tôi may mắn được lớn lên trong một môi trường luôn cổ động cho sự bình đẳng: bình đẳng nam – nữ, bình đẳng giữa bố mẹ và con cái, bình đẳng giữa thầy cô giáo và học sinh. Tại miền Bắc, trong những năm từ 1954 đến 1975, lớp trẻ được tự do lựa chọn và định hướng cuộc đời, tự do yêu đương. Nếu gia đình can thiệp vào những việc đó, xã hội, các tổ chức đoàn thể sẽ lập tức gặp gỡ và làm công tác tư tưởng cho bố mẹ. Khi đôi bạn trẻ yêu nhau, nếu bố mẹ không đồng ý, hội thanh niên hoặc phụ nữ sẽ đứng ra vận động bố mẹ, không được sẽ chủ động lo tổ chức đám cưới, bố trí chỗ ăn ở (có khi chỉ là vài mét vuông) cho cặp uyên ương. Trong năm học, chúng tôi được tham gia hoạt động phù hợp lứa tuổi tại trường. Vào các kỳ nghỉ hè, việc tổ chức cho thanh thiếu nhi sinh hoạt được giao cho thanh niên khu phố. Cuối hè, chúng tôi phải được khu phố xác nhận là có tham gia sinh hoạt hè, nếu không sẽ bị phê bình. Thế hệ chúng tôi tuy thiếu ăn, thiếu mặc, quần áo bao giờ cũng vài ba miếng vá, nhưng không bao giờ thấy thiếu niềm vui, thiếu bạn bè, thiếu những hoạt động bổ ích phù hợp với lứa tuổi. Thế hệ chúng tôi hầu như không tồn tại lớp trẻ chán chường, bi quan, thờ ơ với mọi thứ xảy ra xung quanh. Chúng tôi lớn lên, lam lũ nhưng yêu đời vì không bị sự kiềm giữ, kiểm soát gắt gao từ các bậc phụ huynh. Chúng tôi được các thầy cô giáo và người lớn đối xử với sự công bằng và trân trọng, được bố mẹ khuyến khích phải tự lập, phải trưởng thành càng nhanh càng tốt. Chúng tôi được "vứt vào đời" một cách có kiểm soát, có định hướng. Có phải vì thế mà thế hệ chúng tôi không dựa dẫm, không thụ động và có trách nhiệm với cuộc đời của mình?

Vậy thì cái gì đã và đang xảy ra, để cho chính thế hệ được dạy dỗ và lớn lên một cách lành mạnh như vậy, lại nuôi dạy con cái không như mình được xã hội và gia đình nuôi dạy? Rồi các thế hệ sau đó cũng thế?

Hãy nhìn lại sự phát triển của xã hội từ những năm 1975: Giải phóng miền Nam, rồi đất nước trải qua thời kỳ tận cùng của khó khăn, cơm không đủ ăn, thay vào đó là bo bo dằn cho no bụng. Xã hội không đủ nhu yếu phẩm thiết yếu để cung cấp. Rồi các cơ quan, đơn vị rộ lên phong trào "kế hoạch ba" mà thực chất là tận dụng mọi thế mạnh của sự độc quyền để giúp cho cán bộ công nhân viên kiếm thêm thu nhập bằng mọi cách. Phân hóa giàu nghèo rõ dần, như một phần tất yếu của sự nhen nhóm nền kinh tế thị trường, len lỏi vào từng ngõ ngách

cuộc sống. Và tệ nạn xã hội bắt đầu tăng dần, hoành hành mọi nơi. Đạo đức suy đồi, khiến các bậc bố mẹ lo sợ cho sự an toàn của con cái về mọi mặt và biện pháp là xiết chặt sự kiểm soát. Nhưng kiểm soát thế nào, dạy con ra sao? Không nhiều người biết để chia sẻ. Thời chúng tôi, xã hội dạy là chính: mọi thứ trong lành, chẳng có nhiều gương xấu để chúng tôi bắt chước. Thêm nữa, sau giờ làm viêc, cả gia đình quây quần trong một không gian nhỏ bé, có lớn lắm thì cũng được 20 m^2, làm sao mà hư được?

Và cũng như tất cả các lĩnh vực khác, giáo dục gia đình lao vào vòng xoáy khủng hoảng. Vậy là những nề nếp, những truyền thống dạy con kiểu "các cụ ngày xưa", những kinh nghiệm quá khứ, lại được lần tìm, giở lại: "Cá không ăn muối cá ươn, Con không nghe mẹ trăm đường con hư", rồi: "Trai thời trung hiếu làm đầu/ gái thời đức hạnh là câu trau mình"... Xã hội vần vũ, cuộc sống khó khăn, lo sợ con hư hoặc muốn con sau này lớn lên phải có trách nhiệm phục vụ lại mình, bố mẹ càng cấm đoán, kèm riết. Trăn trở lo cô đơn khi tuổi già lẻ bóng, các bà mẹ xui nhau: "Đừng cho con bay nhảy, đi học xa, nó không trở về là tuổi già không ai chăm sóc". Các bà mẹ một thời "đắm đuối vì con", bỗng sực tỉnh khi thấy con cái lớn dần, phải níu kéo chúng lại để lo cho tuổi già của mình: vũ khí là sự phụ thuộc của con cái về kinh tế và tâm lý, sự ràng buộc của tình thương và chữ hiếu. Cũng có những ông bố bà mẹ vì không tin và không muốn con chấp nhận thách thức của cuộc sống, nên bắt ép chúng chấp nhận sự an bình: lấy vợ lấy chồng, xin một công việc trong cơ quan nhà nước cho ổn định, đẻ con, rồi "sáng cắp ô đi, tối cắp về".

Từ đấy, thế hệ tôi, cũng như các thế hệ sau bắt đầu tự chế ra, rồi truyền miệng nhau những cách nuôi dạy con lạ kỳ:

- Nhốt chặt con trong nhà sau giờ học, để chúng làm bạn với máy tính và TV.
- Cấm con sinh hoạt tập thể vì sợ ảnh hưởng của bạn bè xấu.
- Không cho con tự do trong cả suy nghĩ vì sợ con bị tiêm nhiễm các tác động xấu từ internet.
- Dù tuổi mười tám, hai mươi, ba mươi và già hơn nữa, mọi việc vẫn do bố mẹ quyết định. Lạ thật! Vòng quay cuộc sống mặc định được đặt ra là: hết lớp 12 thì phải vào cho được đại học, xong đại học phải nhanh chóng có việc làm ổn định. Rồi phải nhanh chóng lấy vợ lấy chồng để bố mẹ có cháu bế bồng cho vui tuổi già, vợ hoặc chồng tương lai mà bố mẹ không chấp nhận thì cũng không thể cưới. Nuôi con phải theo kinh nghiệm mẹ truyền cho.

Còn kẽ hở nào cho niềm vui của con cái? Là con người, ai chẳng mong ước được tự lựa chọn và định đoạt cuộc sống của mình. Nhưng chúng ta, những ông bố bà mẹ, có vì tình thương ích kỷ, đã đánh cắp đi của chính con cái mình niềm vui và ý nghĩa cuộc sống? Nếu chúng ta đã lựa chọn có con, hãy chuẩn bị cho chúng đón nhận tương lai với niềm vui: dù giàu hay nghèo, thành đạt hay không, con người chỉ có hạnh phúc thật sự khi được là chính mình, được sống cuộc sống mà mình lựa chọn. Vì vậy, quan điểm của tôi về đứa trẻ ngoan rất khác với quan điểm chung hiện nay. Tôi cho rằng một đứa trẻ ngoan trước tiên phải tự lập, có

chính kiến cá nhân phù hợp với lứa tuổi, phải biết phân biệt cái tốt và cái xấu, mong muốn làm điều tốt, đầu tiên là cho mình – một cách lành mạnh, sau đó cho người khác. Đứa trẻ ngoan phải luôn tự trọng, trung thực, chân thành, không nói dối, dám chịu trách nhiệm về những hành động của mình, về cuộc sống của mình và gia đình riêng. Tôi chưa bao giờ nghĩ theo kiểu truyền thống: ngoan nghĩa là nghe lời bố mẹ.

Và như vậy, để con cái có thể yên tâm sống cuộc sống của chúng, dang tay đón nhận tương lai và tận hưởng được những niềm vui cuộc sống sẽ mang lại, xin các ông bố bà mẹ không chỉ biết cách nuôi dạy con mà còn phải biết chuẩn bị cho cuộc sống "tự lập" của chính mình lúc tuổi già. Chúng ta hãy chấp nhận một sự thật: nếu ta định sắp xếp cuộc đời cho con cái, thế hệ trẻ sẽ mất hết định hướng và niềm vui sống sẽ mòn dần theo năm tháng. Ta hãy chấp nhận: con cái lớn lên, sẽ rời khỏi ta để vào đời. Ta hãy có bạn bè, tự tạo ra niềm vui cho bản thân, đừng đặt gánh nặng "mua vui tuổi già" lên vai con cháu. Đừng đặt toàn bộ mục đích cuộc đời vào những đứa con, để rồi khi chúng cất cánh bay thì cảm thấy cuộc đời còn lại của mình vô nghĩa. Con gái tôi dặn mẹ trước lúc đi học: "Mẹ phải tự lập lên nhé. Không có con ở cùng, mẹ vẫn phải vui thì con mới yên tâm". Tôi nói với con: "Con cứ bay cao bay xa đi, con gái yêu của mẹ. Mẹ biết dù ở nơi đâu, trong trái tim con vẫn có hình ảnh mẹ. Cuộc đời này ngắn lắm, con đừng bỏ phí. Hãy sống sao cho không bao giờ phải quay đầu lại hối tiếc cho thời gian đã qua đi".

Luyện thói quen tốt cho con

Trong việc nuôi dạy con, có rất nhiều quan điểm trái ngược nhau. Có người quan niệm trẻ mới sinh, chưa biết gì, cần phải ôm ấp suốt ngày để trẻ cảm nhận được tình yêu thương của bố mẹ. Cũng lại có người nghĩ ăn ngủ là chuyện tự nhiên, chẳng việc gì phải luyện cho bé ngủ cả đêm, đến lúc dạ dày to hơn, bé có thể ăn nhiều thì sẽ no lâu hơn và ngủ giấc dài hơn.

Cá nhân tôi không tán thành với các quan niệm trên ngay từ đầu, nên tôi tìm đọc và học theo các sách có quan điểm khác hẳn.

Tôi nghĩ rằng thiên nhiên có lý trong hầu hết mọi việc và những gì con người làm để chống lại thiên nhiên đều gây hậu quả. Tạo hóa đã định rằng bé chào đời ở trên dưới 9 tháng, tức là đã khá đủ khả năng để đương đầu với môi trường mới. Nếu không, chắc tạo hóa phải cho bé nằm trong bụng mẹ lâu hơn chứ? Có lẽ cũng vì vậy, các bé sinh non rất cần sự ôm ấp thường xuyên của người mẹ (càng nhiều càng tốt). Còn với các bé sinh đủ tháng, hãy bắt đầu tập cho bé tính tự lập từ ngày đầu tiên.

Vậy phải làm thế nào?

1. Luyện cho bé biết cách nằm chơi: Chẳng ai phản đối là phải thường xuyên ôm ấp để bé cảm nhận được sự yêu thương, gần gũi của mọi người trong gia đình. Nhưng thường xuyên nghĩa là thế nào? Tôi thấy có gia đình thay nhau bế ẵm bé 24/24, hễ cứ đặt xuống là bé khóc thét lên, mọi người lại lý luận là do bé khóc dạ đề, do bà mụ gì gì đó. Còn tôi thì cho là tại bế suốt ngày, bé cảm thấy chơi vơi khi bị đặt xuống, đơn giản là vậy. Nếu ngay từ khi đưa bé về nhà, cả nhà thống nhất là hãy luyện cho bé tập nằm thảnh thơi, chứ không phải bế ẵm thì chỉ sau độ 1 tuần, sẽ hết cảnh hễ bé cứ nằm là khóc. Ngay khi từ bệnh viện về nhà, ban ngày, tôi trải một cái đệm ra sàn phòng khách. Tôi đặt bé nằm đó, còn mình nằm hoặc ngồi bên cạnh. Hễ bé bắt đầu khóc, tôi bế bé lên, ôm vào lòng, nhìn vào mắt bé, nói rất âu yếm: “Con gái mẹ muốn mẹ ôm một chút, đúng không? Mẹ yêu con, nhưng con nằm chơi nhé, mẹ vẫn ở cạnh con đây mà”. Sau đó, tôi đặt con xuống. Nếu bé khóc tiếp, tôi ngồi đó, dùng tay vỗ vào mông, xoa tay, chân hoặc lưng, bụng bé – để cho bé biết rằng tôi đang ở cạnh, đang âu yếm bé. Thể hiện tình yêu với các bé không chỉ bằng cách bế ẵm, rung rung, hễ cứ khóc một tiếng là bế ngay lên. Bằng cách cứ khóc là bế cho đến lúc nín, người lớn đang dạy các bé cách dùng tiếng khóc để đạt được những điều mình muốn. Thay vì bế – vừa nóng vừa bức bối, bạn hãy đặt bé nằm ngửa rồi ngồi cạnh để nói chuyện (nhìn vào mắt bé mà nói), hát, đọc sách cho bé nghe. Hãy ôm bé lên thường xuyên, rồi đặt xuống, chứ không nên bế nhiều, sẽ tạo thói quen xấu là luôn đòi bế. Nhưng cũng nên chuẩn bị tinh thần là cứ bế nhấc lên đặt xuống, nhiều lúc còn mệt hơn là đứng bế vì đau lưng lắm. Khi con gái được 6 tháng, tôi bắt đầu bị lệch đĩa đệm thường xuyên (cũng vì nhấc bé lên không đúng cách). Để bảo vệ cột sống, các bà mẹ cần nhớ: khi nhấc bé lên hoặc đặt xuống, hãy gập đầu gối quỳ rồi xuống, nhưng lưng luôn phải thẳng, không cúi gập lưng. Tư thế này cũng áp dụng khi bạn phải nâng các vật nặng.

2. Tập cho bé ngủ qua đêm chỉ sau trên dưới 2 tháng: Bạn phải thực hiện được xong bước 1 ở trên thì mới có thể thực hiện bước này. Hãy tưởng tượng, nếu ban ngày cứ đặt xuống là bé khóc thì làm sao ban đêm bé ngủ tròn đêm một mình được? Do vậy, hãy thực hiện xong bước 1 càng sớm càng tốt, để chúng ta có một em bé vào ban ngày (lúc thức) có thể nằm chơi, gặm tay, thậm chí gặm chân, khua khoắng, nghe bố (mẹ) ngồi cạnh hát, đọc truyện một cách vui vẻ, là lúc bạn có thể bắt đầu tập cho bé ngủ qua đêm. Bạn càng làm sớm thì càng dễ dàng và có kết quả nhanh. Khi bé được 2 – 3 tuần, bạn hãy quan sát quy luật ăn, ngủ của bé hàng ngày, nhất là từ lúc sau 5 giờ chiều.

Ví dụ lúc 2 tuần, con gái tôi có thói quen như sau:

- Ngủ đến 8 giờ tối, ăn xong ngủ tiếp.

- 1 giờ sáng thức dậy ăn, xong nằm chơi 1 mình. Tất nhiên, con nằm chơi, dù không khóc, mẹ cũng khó lòng ngủ được.

- Bé ngủ lại lúc hơn 3 giờ, 5 giờ sáng lại dậy đòi ăn. Vậy là cả đêm, mẹ loay hoay suốt, chỉ ngủ nhiều nhất 3 – 4 tiếng. Do đó, ban ngày tôi khó lòng tỉnh táo và đủ sức khỏe để chơi, hát, rồi đọc sách cho con nghe.

Vì chỉ sau 2 tuần, vào ban ngày, sau khi ăn no, con gái có thể nằm chơi hàng tiếng đồng hồ rồi tự ngủ giấc ngày nên bắt đầu từ tuần thứ 3, tôi thực hiện các bước chỉnh từ từ như sau:

- Tôi đánh thức con dậy lúc 7 giờ tối, thay vì để con ngủ đến 8 giờ (thường bằng cách cù vào chân hoặc lấy khăn mặt ướt lau mặt, sau đó tắm). Những ngày đầu, bé khóc gắt ngủ ầm ĩ, sau đó dịu dần. Tôi nghĩ ra đủ trò để giữ con thức đến 9 giờ, rồi đến 10 giờ, 11 giờ. Tôi cho con bú bữa cuối lúc 10 – 11 giờ, sau đó quấn bé lại, hạ máy lạnh xuống mức 22 – 25oC, rồi ngồi cạnh đọc truyện hoặc hát cho con nghe. Chỉ một lúc sau là bé ngủ. Khi con ngủ say, tôi ra khỏi phòng. Nếu con khóc, bao giờ tôi cũng đi vào hát ru hoặc nói chuyện với con, đưatay xoa vào lưng hoặc ngực cho đến lúc con ngủ lại chứ không bế.

- Vì 10 – 11 giờ mới ngủ, nên con gái thường thức dậy lúc 4 – 5 giờ sáng đòi ăn. Sau khi thành công bước đầu, tôi lại lùi dần từng 15 phút cho đến khi bé ăn lúc 6 giờ.

- Chỉ sau khoảng 3 tuần (tức lúc con được 5 tuần tuổi), con thường ngủ lúc 11 giờ và ăn lúc 5 – 6 giờ sáng. Tôi “thừa thắng xông tới”, đánh thức con dậy lúc 5 – 6 giờ chiều thay vì 7 giờ và cho con thức đến 9 giờ. Vì đã quen tỉnh dậy lúc 5 giờ sáng, nên tuy đi ngủ sớm hơn, con vẫn dậy lúc 5 giờ. Rồi tôi đẩy tiếp để con dậy lúc 6 giờ sáng. Vì ngủ được giấc dài, ban ngày con chỉ còn ngủ 2 giấc nữa, mỗi giấc chừng 2 tiếng (không nên cho ngủ giấc ngày quá 2 tiếng nhé). Vì vậy, bé có nhiều thời gian để giao tiếp với mọi người trong nhà nên phát triển nhanh hơn các trẻ cùng tháng khá nhiều. Cũng như chúng ta thôi, nếu ngủ quá nhiều thì có ít thời gian làm các việc có ích khác. Tôi đã đọc được trong một quyển sách, họ kết luận rằng,

những trẻ ngủ ngày ít hơn các trẻ khác thường có trí thông minh và hiểu biết nhiều hơn những trẻ ngủ ngày nhiều.

- Lúc con gái tôi được 2 tháng 10 ngày, tôi đã luyện thành công cho con ngủ lúc 9 – 10 giờ tối và tỉnh dậy lúc 6 – 7 giờ sáng. Cả gia đình đã có thể trở lại với sinh hoạt bình thường như trong nhà không hề có trẻ mới hơn 2 tháng tuổi. Khi cháu gái tôi có con, tôi cũng hướng dẫn cách làm tương tự và chỉ sau 6 tuần, bé đã ngủ được từ 10 giờ tối đến 6 giờ sáng.

Vậy để thực hiện những việc trên, điều gì là khó nhất?

- Tâm lý của người lớn: Chúng ta phải dẹp được suy nghĩ là hễ trong nhà có trẻ sơ sinh thì mọi người cứ phải xoắn xuýt vào với bé, hi sinh mọi thứ cho bé. Cái đó thực sự không chỉ khó chịu cho mọi người, mà còn hại cho cả bé. Nếu bé ngủ tròn đêm lúc 2 tháng nghĩa là cả nhà sẽ không phải thay nhau thức đêm, đảm bảo sức khỏe, không ai phải cau có, rũ rượi vì thiếu ngủ. Bé được ngủ giấc dài từ sớm, thần kinh sẽ ổn định hơn, khỏe mạnh hơn, có nhiều thời gian thức ban ngày để chúng ta tận dụng dạy cho bé được nhiều điều.

- Sự kiên trì: Nói thì dễ, nhưng cả nhà (đặc biệt là người mẹ) phải rất quyết tâm và “lì”. Bạn sẽ bị vật vã mất 2 tháng: thiếu ngủ, thiếu thời gian, phải theo dõi, căn giờ, chịu đựng sự chập chờn, lại còn có thể bị cả nhà “nói ra, nói vào” là không biết thương con. Nếu sống chung với các ông bà khó tính, mẹ sẽ rất khó thực hiện.

- Để bé nhanh phân biệt giấc ngủ ngày và ngủ đêm, bạn phải cho bé ngủ giấc ngày tại nơi cả gia đình có sinh hoạt bình thường: vẫn bật nhạc, không kéo rèm cửa sổ. Buổi tối, sau 7 giờ, bạn tắm và đưa bé vào phòng ngủ, ngồi chuyện trò, đọc sách, hát cho bé nghe, rồi cho bé ăn và tắt đèn, giữ thật yên tĩnh. Bé sẽ nhanh chóng nhận biết sự khác nhau giữa giấc ngủ ngày và giấc ngủ đêm.

Hãy nuôi dạy để con đủ bản lĩnh và tri thức

Hãy nuôi dạy sao cho con cái đủ bản lĩnh và tri thức để được lựa chọn và sống cuộc sống của chúng. Nếu dưới con mắt của bạn, đó là lựa chọn không đúng, hãy cầu nguyện và dõi theo, mong cho con thành công, sẵn sàng giúp đỡ khi và chỉ khi chúng cần.

Con cái phải được làm quen càng sớm càng tốt với trách nhiệm cá nhân, chứ không phải làm bất cứ việc gì cũng chỉ để vui lòng người khác. Để bố mẹ vui lòng, gia đình này có thể muốn con học giỏi, gia đình khác có thể muốn con ăn nhiều hoặc gì gì đó nữa... Tôi đã chứng kiến cảnh để cho con ăn hết bát cháo, một người mẹ nói: “Con mà không ăn hết, làm mẹ buồn, rồi mẹ ốm phải đi bệnh viện, con sẽ phải ngủ một mình”. Vậy là đứa bé chỉ mới 1 – 2 tuổi khóc ầm lên, nước mắt lã chã vừa vươn cổ cố nuốt cháo, vừa nức nở. Tôi thầm nghĩ chắc nó sẽ “căm thù” món cháo này và căm luôn cái bệnh viện đến tận cuối đời. Lần đầu thì vậy, nhưng những lần sau, nếu ta cứ diễn lại điệp khúc đó: nào là ngáo ộp, chú công an, anh dân phòng, rồi mách bố..., đứa trẻ sẽ nhờn. Cái nguy hại hơn mà ít bậc bố mẹ nào nhận thức được, đó là ta đang dạy con nói dối chỉ để thêm được vài thìa cháo vào mồm con? Sau này, đứa trẻ đó có thể vì hám một chút lợi nho nhỏ, như ăn cắp một cái đinh vít trong dây chuyền máy móc hay bớt chút xăng khi lái xe, ăn cắp món đồ trong siêu thị. Rồi ta ngơ ngác tự hỏi: mình đâu dạy con ăn cắp mà không nghĩ mầm mống có thể là những điều trẻ suy luận từ chính những hành động của ta khi chúng còn thơ bé.

Để dạy con ăn trái cây và rau củ thay vì ăn khoai tây chiên, tôi làm gì? Tôi mua truyện tranh vẽ trái cây, rau củ, quả và cùng cháu đọc hàng ngày. Một lần, khi tìm được bài báo viết về việc ăn nhiều khoai tây chiên có thể bị ung thư, tôi mừng quá vội đọc cho con nghe. Tôi chỉ đọc và giải thích cho cháu hiểu nội dung, mà không bình luận thêm điều gì. Sau 2 – 3 ngày, tự nhiên cháu hỏi: “Mẹ ơi, nếu trước đây con ăn nhiều khoai tây chiên ở trường, thì có bị ung thư không? Nếu một tuần ăn mấy lần thì bị hả mẹ, ăn một lần có bị không?”. Vừa giải thích cặn kẽ với con từng điều bé hỏi, tôi vừa mừng thầm vì mình đã thành công.

Tương tự, tôi nói với con về lợi ích của học toán: có học toán, con mới biết cộng, trừ, nhân, chia nhanh. Khi đi mua đồ, con mới cộng lại được để xem các cô bán hàng có tính tiền đúng cho con không. Nếu các cô tính sai, trả lại thừa cho con, con hãy nói ra và trả lại cho cô. Nếu không, cô phải bỏ tiền ra đền, cô sẽ không có tiền mua thức ăn, con của cô ấy có thể bị đói. Nếu cô trả thiếu cho con, con cũng phải nói rõ và yêu cầu cô trả cho đủ vì nếu làm sai mà không bị phát hiện, lần sau cô lại làm tiếp thì không tốt. Bằng một sự việc, tôi nghĩ cháu học được hai điều:

- Toán cần thiết thế nào trong cuộc sống của chính con, không phải của mẹ.
- Phân biệt cái đúng, sai trong hành động của cháu và cô bán hàng. Có trách nhiệm với từng hành động của mình, để không gây tổn hại cho người khác.

Tôi cố gắng tham gia mọi hoạt động cùng với con, luôn sẵn sàng dành thời gian giải thích cặn kẽ mọi điều với những lời lẽ đơn giản, dễ hiểu, phù hợp lứa tuổi. Tôi không bao giờ giảng giải lý thuyết một cách giáo điều hoặc "hô khẩu hiệu" suông. Tôi nói chuyện với con về mọi việc xảy ra trong cuộc sống hàng ngày, gợi mở để con suy nghĩ và nói ra chính kiến cá nhân, chứ không bao giờ ép buộc một chiều. Để con hứng thú học đàn piano, trước khi bắt đầu, tôi chọn và làm việc với cô giáo rất kỹ, kể cho cô về tính tình con để cô biết phải động viên thế nào cho con hứng thú học. Cứ mỗi cuối tuần, tôi kê bàn ghế như ở rạp rồi tất cả nhà ngồi quanh. Tôi rất trân trọng và nghiêm túc giới thiệu để con biểu diễn cho cả nhà nghe. Các bạn tưởng tượng, cả nhà phải ngồi nghe bé đánh mấy nốt đồ rê mi, rồi hoan hô ầm ĩ thì buồn cười đến thế nào. Vậy mà tác dụng không thể tưởng tượng được. Con gái tôi học đàn hào hứng, chỉ mong đến cuối tuần có dịp trổ tài múa hát, đàn cho cả nhà nghe. Rồi cũng có cảnh tặng hoa, ôm hôn chùn chụt, vui lắm. Tuần nào mà ai đó đi vắng hoặc vì lý do gì phải hoãn buổi biểu diễn, bé buồn thiu.

Nếu con bạn lớn lên, không có trách nhiệm và thương yêu bản thân, chúng sẽ khó mà thật lòng thương yêu ai khác. Không thể có hạnh phúc lâu dài khi chỉ có sự hi sinh một chiều, kể cả hi sinh cho bố mẹ hay con cái. Và tại sao một người phải hi sinh, chỉ để "làm vui" cho người khác?

Tôi đã từng mắc sai lầm khi dạy con: "Học để sau này đi làm rồi giúp ông, bà, bố, mẹ, các anh chị, cô, bác...". Cho đến một lần, con chợt hỏi: "Mẹ ơi, sao con phải giúp nhiều người thế? Mọi người có bị làm sao không mà không tự làm việc được?". Biết là nguy, tôi bèn khất con để sau trả lời rồi cuống quít tìm tài liệu để đọc. Sau 3 ngày, tôi ngồi với con, nói rõ là tôi xin lỗi vì đã làm con hiểu nhầm. Tôi giải thích, ai cũng phải tự chịu trách nhiệm về bản thân mình, lúc nhỏ thì học, lớn lên đi làm. Và mình chỉ giúp mọi người những việc họ không làm được vì nếu cứ làm hộ, họ sẽ ỷ lại và trở nên lười biếng (kể cả trong gia đình). Vậy là lần đó, chính con đã dạy tôi một bài học về sự chia sẻ, yêu thương và giúp đỡ mọi người đúng cách.

Để con yêu thương, gắn bó với ông bà và các thành viên khác trong nhà, tôi thường xuyên giao con giúp ông bà những việc nho nhỏ mà ông bà không làm được: đọc sách cho bà nghe, dạy bà tiếng Anh, dạy bà múa hát... Tôi cũng kể cho con nghe rất nhiều về cuộc sống của ông bà, của chính tôi lúc còn nhỏ, các tình huống xảy ra và tôi xử trí ra sao, nếu tôi được làm lại thì sẽ làm gì... Hiện nay, mỗi lần về Việt Nam, con gái tôi ngày nào cũng dành thời gian nói chuyện với bà, nghe bà đọc thơ, âu yếm bà rất tình cảm.

Tôi không muốn con phụ thuộc bất cứ điều gì vào mình trong tương lai nên từ rất bé, tôi luôn để cho con tham gia bàn bạc và giải quyết mọi vấn đề của con và các việc khác (phù hợp với lứa tuổi) trong gia đình. Nếu trẻ con được lớn lên trong môi trường mà mọi người xung quanh luôn yêu thương, sẵn sàng giúp đỡ nhau và giúp đỡ chúng một cách vui vẻ, kiên trì khi cần thì chúng sẽ trở thành người như vậy. Tôi tuyển chọn người giúp việc rất kỹ, khi đã biết chắc chắn họ là người tốt, tôi coi họ là một thành viên trong gia đình (như em, con, cháu). Tôi yêu quý, tôn trọng nhưng luôn thẳng thắn, khi họ mắc lỗi, tôi nói thẳng và đưa ra các yêu cầu cụ thể. Tôi giúp đỡ gia đình họ khi hoạn nạn. Vì vậy, họ yêu thương con tôi như chính con em họ và chăm sóc mẹ tôi còn tốt hơn tôi chăm sóc. Chẳng ai có thể dụ họ đi được khỏi nhà tôi, dù có hứa trả lương cao đến bao nhiêu. Con gái tôi cũng yêu thương và tôn trọng họ như

chính cô chú, anh chị em ruột thịt của mình. Bằng cách đó, tôi dạy con một điều: chỉ yêu thương bố mẹ, anh chị em trong gia đình chưa đủ, hãy chủ động mở lòng mình trước với mọi người và cái con được trả lại sẽ là vô giá. Tất nhiên, từ từ từng bước một và rất thận trọng, tôi dạy con phân biệt giữa sự chân thành và dối trá, sự thật thà và lừa đảo, dạy con thận trọng đúng mức cần thiết. Đừng vì xung quanh có quá nhiều điều xấu mà làm con mất đi lòng tin vào cuộc sống. Khi mất lòng tin, con người không thể có niềm vui và hạnh phúc, luôn phải sống trong nỗi nghi ngờ.

Khi còn bé, con được dạy làm nhiều điều chỉ để vui lòng bố mẹ, ông bà. Khi lớn lên, làm sao chúng dám làm điều gì trái ý bố mẹ? Nếu bố mẹ lại là người muốn kiểm soát mọi thứ, bố mẹ sẽ có nhiều cách để suốt đời con có trách nhiệm "làm vui lòng mình". Tôi đi nhiều, gặp gỡ cũng nhiều, nhưng xin nói thật: chưa ở đất nước nào, tôi thấy các ông bố bà mẹ nghĩ ra nhiều chiêu rất lạ lùng (mang danh tình yêu thương) để kiểm soát cuộc sống của con như ở Việt Nam. Các bà mẹ thì dùng nước mắt, giả ốm (rồi có thể thành ốm thật), dọa tự tử, không được thì lườm nguýt, sưng sỉa mặt mày, bỏ cơm... để bắt con làm theo ý mình. Tôi thường xuyên đọc được rất nhiều bài tiêu đề về mẹ, theo kiểu: "Xin đừng để nước mắt mẹ rơi". Nếu tôi không làm điều gì sai trái với lương tâm, mẹ tôi có khóc, tôi sẽ nói rằng: "Mẹ ơi, con yêu mẹ. Nhưng con không sợ nước mắt của mẹ đâu nếu đó là những giọt nước mắt để buộc con làm theo điều mẹ muốn". Nếu mẹ dỗi vô lý, tôi làm lơ, coi như không biết. Dỗi mà đối tượng không biết hoặc không để ý thì sẽ chẳng thú vị gì. Bằng cách đó, vài chục năm nay, mẹ không khóc để ép buộc, cũng chẳng bao giờ dỗi với tôi. Còn các ông bố, xin cũng đừng sử dụng những cơn giận dữ, tính gia trưởng hoặc những tiếng thở dài, rồi làn khói thuốc, thậm chí là mượn rượu, để kiểm soát con.

Thế nào là một đứa con có hiếu?

Tôi hiểu thế nào về chữ hiếu và quan điểm cá nhân của tôi, thế nào là đứa con có hiếu?

Trước tiên, tôi hiểu và suy nghĩ thế nào về vai trò của cha mẹ? Trong tôi, tình yêu của cha mẹ đối với con cái phải đúng như nó đáng có: một tình yêu tinh khiết, không mang bất cứ tì vết nào của sự vụ lợi, của suy nghĩ "vay – trả". Ta hãy tưởng tượng nếu ai đó làm điều tốt cho người khác với mục đích để người ta phải mang ơn mình hoặc mắc nợ mình thì lòng tốt đó còn đáng được trân trọng? Vậy sao ta có quyền bắt chính những đứa con của mình "trả nợ", nấp dưới hai từ mĩ miều "báo hiếu", một món nợ mà chúng không hề muốn vay, cũng không có cách nào để từ chối vay?

Với người làm cha mẹ, nếu đứa con được sinh ra không phải từ sự mong đợi và niềm vui, từ trái tim dâng tràn tình yêu đối với một số phận hoàn toàn phụ thuộc vào ta trong nhiều năm đầu của cuộc đời mà vì bất cứ lý do gì khác, tình yêu đó đã có chút vẩn đục ngay từ buổi ban đầu. Trước đây, ông bà, cha mẹ ta, khi chưa thể "kế hoạch hóa", cứ lỡ có thai là phải đẻ và đẻ là phải nuôi. Ngay cái sự "lỡ có thai" cũng là khi các cụ đang tận hưởng "niềm vui bản năng" và xác định là nếu có thai thì phải chịu "hậu quả", nghĩa là đẻ thì phải nuôi cơ mà! Vậy thì, nếu ai đó lựa chọn có con một cách không vụ lợi và sẵn sàng nuôi con mà không hề tính toán con sẽ "báo hiếu", sẽ phải biết ơn, sẽ "trả gì" cho mình trong tương lai, thì mới đáng được ca ngợi chứ! Hoặc có ai đó lỡ làng nhưng sẵn sàng "gánh chịu hậu quả" chứ không phải vì sợ phá thai mà nguy hiểm đến tính mạng, rồi sinh ra và nuôi con lớn lên, không kể công, không đòi hỏi thì mới đáng khâm phục chứ!

Vì vậy, tôi không thấy phương Tây ca ngợi "công sinh thành" nhiều mà chỉ ca ngợi tình yêu thương không vụ lợi của bố mẹ. Còn đối với những ông bố bà mẹ "vô trách nhiệm", hành hạ hoặc sử dụng con cái, xã hội đã có luật pháp bảo vệ đứa con. Cũng vì vậy, họ không phân biệt "con nuôi, con đẻ" mà yêu thương chúng như nhau. Họ cũng không hề đề cao sự "hi sinh cả cuộc đời" cho con cái mà coi việc sinh con là lựa chọn từ tình yêu, đã sinh rồi thì phải có trách nhiệm nuôi dạy. Nếu không thực hiện đúng trách nhiệm theo quy định của pháp luật, đơn giản là bố mẹ phải hầu tòa. Con cái bỏ học không có lý do vài ngày, nhà trường có trách nhiệm báo cảnh sát. Cứ thế mà thực hiện.

Có người sẽ hỏi tôi: con cái là việc riêng của mỗi gia đình, sao luật pháp lại phải dính vào? Đứa trẻ một khi đã được sinh ra thì sẽ liên quan đến vấn đề xã hội. Tôi không nghe ai nói "cha mẹ sinh con, trời sinh tính" ở các nước phát triển. Con hư là tại giáo dục, trước tiên là giáo dục gia đình, sau nữa là vai trò xã hội. Không ai phủ nhận được điều đó.

Hãy nhìn theo quan điểm như trên: chính bố mẹ phải biết ơn con cái vì chúng đem niềm vui và hạnh phúc đến cho mình. Còn nếu ai không thấy đó là niềm vui và hạnh phúc, hãy tự lựa chọn để đừng có con. Nếu chúng ta gạt bỏ mọi sự so đo, tính toán, mọi sự hơn – thiệt trong

tương lai để cảm nhận đầy đủ tình yêu không vụ lợi của ta đối với con, chính trái tim sẽ nói với ta rằng, đứa con có hiếu là người đem lại niềm vui chính đáng cho bố mẹ. Và nếu nhìn nhận một cách công bằng, chúng ta phải vui khi:

- Con lớn lên thành người lương thiện, biết phân biệt tốt xấu. Con có trách nhiệm với bản thân mình và những người xung quanh, với xã hội.

- Con tự lập, tự chủ, tự lo được cuộc sống cho mình, không dựa dẫm vào bố mẹ, không trông ngóng của hồi môn khi bố mẹ khuất núi. Con luôn có niềm vui của sự thành công, nhưng không cần phải luôn thành đạt về tiền bạc. Con luôn hài lòng với những gì mình đạt được, không cay cú để bằng mọi cách kiếm nhiều tiền.

- Con tìm được người bạn đời yêu thương, để cùng nhau chia sẻ cuộc sống cho đến khi đầu bạc răng long. Con vẫn có người để yêu thương, gắn bó sau khi ta đã rời xa cuộc sống. Vậy thì ta phải biết ơn con dâu, con rể khi chúng đem lại niềm vui cho con ta. Con có trách nhiệm với gia đình riêng, với vợ (chồng) và con của chúng.

- Con có nhiều bạn bè tốt, để có thể cùng vui khi thành công, động viên, giúp đỡ nhau khi khó khăn, hoạn nạn.

- Con gắn bó, yêu thương anh chị em trong gia đình, là chỗ dựa tinh thần cho mọi người khi cần thiết.

- Con được sống và làm những việc con muốn. Con được mắc sai lầm để rồi có niềm vui khi không lặp lại sai lầm đó. Con được hân hoan khi thành công và buồn khi thất bại, được động viên an ủi và vượt lên trên nỗi buồn để sống có ích và tiếp tục thành công.

- Con luôn ủng hộ niềm vui được tự lập, được sống cuộc sống của chính mình, của bố mẹ khi tuổi già đến, chứ không tìm cách cấm, cản bố mẹ làm những việc bố mẹ thích. Nếu một trong hai người ra đi trước, con sẽ ủng hộ nếu có ai đó tình nguyện sống nốt những năm còn lại cùng bố hoặc mẹ cho bớt nỗi cô đơn. Con không vì sợ mất tài sản, mất của hồi môn mà ngăn cấm bố (mẹ) đi tìm hạnh phúc chính đáng.

- Con cứ đi xa, cứ sống cuộc sống của mình, rồi khi có dịp, cả gia đình lớn lại quây quần bên nhau, chia sẻ niềm vui sum họp.

- Con giúp đỡ bố mẹ trong khả năng của mình (khi khó khăn) nhưng không làm ảnh hưởng lớn đến cuộc sống của gia đình riêng.

Danh sách trên có thể dài hoặc ngắn hơn, tùy theo từng gia đình. Với tôi, nếu con làm được những điều trên, đó là thành công lớn nhất của đời mẹ. Và điều đó cũng đồng nghĩa với việc con là đứa con có hiếu.

Con trẻ không có lỗi

If your child is lying, it means you overreacted to the mistakes in the past."

(Nếu con nói dối, có nghĩa là bạn đã "phản ứng thái quá" với những lỗi của con trong quá khứ).

Đúng vậy, trẻ con không tự biết nói dối. Các cụ ta đã nói: "Ra đường hỏi già, về nhà hỏi trẻ". Chính bố mẹ vô tình dạy con nói dối nếu làm cho chúng quá sợ hãi vì cách bạn đối xử khi chúng có lỗi. Kinh nghiệm sẽ dạy chúng phải học nói dối để vượt qua những cơn thịnh nộ của bố mẹ hoặc người chăm sóc. Vì vậy, thấy con trẻ nói dối, việc đầu tiên phải làm là tìm cho được lý do khiến con nói dối, đơn giản là bằng cách suy nghĩ, rà soát lại hành vi của những người lớn có ảnh hưởng đến trẻ, đặc biệt là của chính bố mẹ.

Tôi xin bổ sung thêm, với văn hóa Việt Nam, chúng ta cũng rất hay "vô tình" dạy trẻ nói dối mà không hề nhận thức ra. Xin nêu một ví dụ: Ai đó gọi điện tới và bạn mệt không muốn nghe, bèn nhờ ai đó (hoặc chính con bạn) nói là bạn không có nhà. Có trường hợp, đứa trẻ trả lời: "Mẹ bảo con nói với cô là mẹ đi vắng rồi". Thế là bạn có thể nổi cơn lôi đình, dùng những từ như "ngu xuẩn" để mắng con, mà thực ra con không hề có lỗi. Kể cả khi chúng hiểu và nói dối "trơn tru" hộ bạn – thì chúng cũng có một bài học về cách nói dối do chính bạn dạy.

Nhiều khi, tôi khá ngạc nhiên về "văn hóa" nói dối chẳng để làm gì của người Việt Nam.

Các nước phát triển quan niệm rằng, hễ cứ nói dối, tức là làm điều sai, vì vậy mới phải cố che giấu. Còn khi không thích trả lời, họ nói thẳng là họ không muốn được hỏi về điều đó.

Còn người Việt Nam quan niệm, nói dối những việc không quan trọng, không ảnh hưởng đến ai thì cứ nói đại cho qua lúc đó, cho khỏi mất lòng nhau.

Trong ví dụ ở trên, nếu là tôi, tôi sẽ nói với con rằng: "Con nói mẹ xin lỗi cô, mẹ con mệt (hoặc bận). Chốc nữa mẹ con sẽ gọi lại cho cô". Và bạn nhớ phải gọi lại vì nếu không, trẻ sẽ lại học được thói quen thất hứa từ chính bố mẹ.

Còn biết bao nhiêu những ví dụ khác xảy ra hàng ngày hàng giờ trong cuộc sống, có sự chứng kiến của trẻ, dạy cho chúng nói dối. Ở trường, trẻ chép bài mẫu của thầy cô để được điểm cao, cũng là hành vi nói dối. Hay khi bạn nói xấu ai đó sau lưng, nhưng lại nói tốt trước mặt người đó mà trẻ nghe được.

Vì vậy, khi đã có con, bố mẹ nên tự sửa mình để có thể là tấm gương cho con noi theo, đó là cách hiệu quả và thiết thực nhất.

Làm thế nào để luyện cho trẻ tính kỷ luật và sự kiên trì?

RÈN TÍNH KỶ LUẬT

Rèn tính kỷ luật cho con cái, theo quan điểm của tôi, là điều quan trọng nhất trong việc nuôi dạy con. Ý nghĩa của hai từ “KỶ LUẬT” mà tôi nêu ở đây bao gồm:

1. Kỷ luật tự giác (self discipline): Có kế hoạch rõ ràng cho mọi việc và đủ nghị lực để thực hiện những gì mình định ra. Tuân thủ những quy định đã được thỏa thuận và đồng ý trong gia đình, với bạn bè ngoài xã hội.

2. Tôn trọng và tuân thủ nghiêm túc pháp luật của bất cứ nơi nào mình sống hoặc đến; biết tự kiềm chế bản năng, để vượt qua những cám dỗ có hại về vật chất hoặc tinh thần.

Việc rèn luyện những đức tính trên không hề khó nếu bạn bắt đầu sớm từ ngày đầu tiên khi trẻ mới được sinh ra. Bằng cách đó, tính kỷ luật sẽ trở thành thói quen, lâu dần thành bản năng tốt của trẻ. Bắt đầu chậm chừng nào, việc thực hiện sẽ khó hơn chừng đó.

Việc rèn luyện tính kỷ luật (không chỉ của trẻ con) là điều không hề dễ dàng. Bạn phải có được sự đồng thuận rất cao về nội dung của “bản thỏa thuận kỷ luật” và phương thức kiểm soát việc thực hiện thỏa thuận đó. Một điều quan trọng không kém là sự nhất quán và quyết tâm xử lý khi ai đó vi phạm. Trong gia đình, điều này còn khó hơn nhiều. Hãy tưởng tượng, ba thế hệ chung sống trong một nhà, gồm ông bà, con cái và cháu chắt, việc thống nhất với nhau về kỷ luật với trẻ sẽ động chạm tới tính kỷ luật của cả ông bà và bố mẹ. Liệu người lớn có “TỰ KỶ LUẬT” được mình trước?

Nhiều bạn hỏi tôi:

- Ông bà rảnh, ngồi xem TV suốt ngày. Vậy làm sao cấm con xem TV? Nếu góp ý với ông bà, thì câu chuyện có nguy cơ trở thành “chuyện gay go giữa người lớn” rồi.
- Bố ham chơi game hoặc ngồi máy tính, làm sao cấm trẻ chơi game? Trẻ sẽ hỏi: “Sao bố được chơi, mà con bị cấm?”
- Mẹ thích ăn vặt đồ ngọt (bánh, kẹo, nước ngọt...) hoặc các loại đồ rán, chẳng lẽ lại “ăn lén” con?

Đó là chưa kể ông bà, bố mẹ mệt mỏi vì không biết bày trò gì chơi với con, cháu liền bật cái TV hoặc máy tính lên, hay giao cho nó cái điện thoại thông minh, để nó “tự xử lý bản thân”,

còn mình có thời gian làm các việc của mình. Để chơi với con một cách có chất lượng, mệt lắm chứ!

Tôi có mấy lời khuyên:

- Với các bạn chuẩn bị lập gia đình: Nên bàn bạc thẳng thắn với nhau về việc bao giờ có con, sẽ nuôi dạy con ra sao... Nếu không thống nhất được việc này trước, khi có con, mỗi người mỗi ý sẽ khó khăn hơn nhiều. Với các bạn mới lấy nhau và đang bị ông bà giục giã, hãy "lợi dụng tình thế" ông bà đang "thèm có cháu bế" để bàn bạc và "ra điều kiện" về việc nuôi dạy con. Hãy yêu cầu ông bà cho phép các bạn (là những người đã trưởng thành) được QUYỀN NUÔI CON THEO Ý MUỐN.

- Với những ai đã có con, mong ước con được nuôi dạy lành mạnh hơn những kiểu "truyền mồm" từ trước đến nay, hãy bàn bạc, thuyết phục các thành viên "đồng tâm nhất trí" để thật sự vì TƯƠNG LAI CON EM CHÚNG TA.

Theo sự lớn lên trong giai đoạn phát triển của trẻ, cả gia đình sẽ phải bàn bạc cụ thể (tương tự Quốc hội họp 6 tháng một kỳ để bàn định pháp luật) về các vấn đề:

- Cần cấm con những điều gì (lưu ý là nếu không cấm thì trẻ được làm và người lớn nên hướng dẫn trẻ làm từng việc một). Các điều cấm phải được viết ra rõ ràng để tất cả thành viên trong nhà (trước tiên là người lớn) biết mà tuân thủ. Cũng viết rõ các biện pháp thực thi và kiểm soát để đảm bảo không ai vi phạm các điều bị cấm. Tuyệt đối không được có "tiêu chuẩn kép" – nghĩa là người lớn thì đươc phép vi phạm, trẻ con thì không.

- Lịch sinh hoạt từng ngày của con và lịch sinh hoạt của người lớn có liên quan trong việc chăm sóc con cũng được viết ra luôn. Bạn muốn dựng trên Excel hay kiểu kẻ ô giống thời khóa biểu lúc đi học, gạch đầu dòng hoặc đánh số theo thứ tự thời gian thì tùy – miễn sao dễ hiểu và dễ dàng cho việc thực hiện.

Khi con được độ tám tháng, tôi suy nghĩ về việc phải cấm những gì. Thật khó ra phết vì tôi luyện nếp và kỷ luật từ khi mới sinh nên cũng không thấy có gì cần cấm con cả. Sau vài ngày suy đi ngẫm lại, tôi đánh máy một tờ giấy với các điều cấm sau:

- Không vòi vĩnh. Cần gì thì có hành động (hoặc nói) rõ ràng để yêu cầu người lớn đáp ứng.

- Không nhảy trên ghế sô-pha. Không xâm phạm đồ đạc của người khác nếu không được phép.

- Không đánh người khác (cả trẻ con và người lớn).

- Không vẽ bẩn lên tường.

Theo tôi nhớ, tất cả chỉ có vậy. Ngoài các điều cấm trên, tôi thường “đầu têu” bày ra đủ các trò chơi để cùng con và bạn bè chúng tự do chạy nhảy, đùa nghịch. Các bạn nên nhớ, trẻ con phải được hoạt động, chạy nhảy, chơi đùa. Vì vậy, hãy cất hết đồ đạc quý và mở rộng tối đa diện tích trống trong nhà để con có nơi vui chơi với bố mẹ và với bạn. Tôi mua rất nhiều giấy bút để con thỏa sức vẽ vời (thay vì vẽ lên tường).

Về việc lập lịch sinh hoạt của con, từ lúc con biết ngồi, tôi bắt đầu lập lịch sinh hoạt cụ thể. Cũng nói thêm là có lẽ do con được ngủ giấc đêm dài tới hơn 10 tiếng, nên chỉ sau 4 tháng, con chỉ ngủ 1 giấc ngày từ quãng 11 – 12 giờ đến 2 giờ. Do vậy, tôi có rất nhiều thời gian để dạy con các hoạt động đa dạng ngay từ lúc này.

❀ Ngủ dậy: 6 – 7 giờ sáng, vệ sinh

❀ Phơi nắng: 15 phút

❀ Ăn sáng: lúc 7 – 8 giờ

❀ Đọc sách, tập các hoạt động khác

❀ Ăn giữa bữa

❀ Ngủ trưa

❀ Ăn trưa

❀ Các hoạt động buổi chiều

❀ Ăn tối: lúc 5 – 6 giờ chiều

❀ Tắm

❀ Lên phòng ngủ

❀ Đọc sách, kể chuyện, hát các bài hát trẻ con êm dịu.

❀ Thường thì khoảng 10 giờ tối, con gái dậy ăn bữa cuối rồi ngủ một mạch đến sáng.

Bằng cách tự kỷ luật với mình và với những người lớn trong nhà, tôi đã luyện được cho con ý thức kỷ luật từ bé như thế đấy.

Có khó khăn gì không? Có chứ! Gia đình tôi gồm ba thế hệ rưỡi sống chung, mỗi người mỗi ý. Ngay từ ban đầu, tôi đã nói rõ: tôi nuôi con theo sách nên yêu cầu mọi người tuyệt đối làm theo những gì tôi đặt ra (nếu ai tình nguyện giúp, còn nếu không, tôi tự làm tuốt). Không có đồ ngọt trong nhà. Không bật TV khi có con gái tôi ở đó. Lần đầu, khi con khóc để vòi cái gì đó, tôi bế con lên, cho vào một phòng riêng, giải thích rõ: “Ai cũng có quyền khóc, nhưng

không dùng quyền đó để vòi vĩnh. Con vào ngồi trong phòng này một mình để khóc, khỏi quấy rầy mọi người. Bao giờ chán khóc thì gọi để mẹ mở cửa cho con ra". Vậy là cả bà, cả bác cứ xuýt xoa: "Nó còn nhỏ, biết gì, sao con làm quá thế?". Khi tiếng khóc ngừng bặt, cả bà và bác chồm dậy: "Nó làm sao rồi, mở cho nó ra đi". Tôi bảo mọi người cứ bình tĩnh, thì nghe có tiếng đập cửa nho nhỏ, rồi tiếng nói: "Con chán rồi, cho con ra". Đó là lần đầu tiên và cũng là lần cuối cùng, con khóc để vòi vĩnh cái gì đó.

Vậy nên theo kinh nghiệm của tôi, nếu bạn có con càng nhỏ, rèn kỷ luật càng sớm thì mọi việc càng dễ dàng hơn. Xin đừng nêu lý do: "Cha mẹ sinh con, trời sinh tính". Không phải vậy đâu! Yêu thương đúng cách, quyết tâm, nghị lực của bố mẹ sẽ sinh ra tính cách của con cái đấy! Gieo gì thì gặt nấy mà, có bao giờ bạn gieo giống lúa mà lại thu hoạch khoai sắn đâu?

Việc rèn tính kỷ luật được bắt đầu càng sớm thì càng nhẹ nhàng và dễ dàng cho cả bố mẹ và con. Tốt nhất là hãy bắt đầu từ ngày đầu tiên con ra đời. Trẻ càng lớn, sẽ càng khó khăn khi muốn đưa con vào nếp sinh hoạt, cũng như luyện các thói quen tốt. Nhưng như vậy không có nghĩa là nếu con đã lớn thì không thể làm được. Không bao giờ là quá muộn, chỉ sợ các ông bố bà mẹ thiếu quyết tâm, không nhất quán, thiếu cương quyết để thực hiện những gì chính mình đề ra.

Đôi khi, bạn chợt nhận ra rằng con có vấn đề về nề nếp sinh hoạt, bướng bỉnh luôn làm theo ý thích cá nhân. Đứa con 2 – 3 tuổi hễ muốn gì mà không được là nằm lăn ra ăn vạ, có thể khóc lóc hàng tiếng đồng hồ. Cô bé hoặc cậu bé bước vào tuổi teen (10 – 12 tuổi), đang ngoan ngoãn, đột nhiên trở nên bướng bỉnh, lì lợm, bố mẹ nói gì cũng cãi hoặc im lặng nhưng không thèm nghe. Rồi cô con gái hoặc cậu con trai bước vào tuổi 15 – 16 dường như coi lời nói của bố mẹ "chẳng là cái đinh", nhưng hễ bạn bè nói là nghe ngay. Và còn biết bao những việc con cái làm hàng ngày, khiến bạn thấy "chướng tai gai mắt". Vậy làm gì bây giờ? Bạn thử các bước sau nhé:

1. Liệt kê ra những việc làm của con gây khó chịu cho bạn. Suy nghĩ một cách công bằng và kỹ lưỡng xem những việc con làm có sai không, có vi phạm đạo đức không? Sự khó chịu của bạn có hợp lý không? Sau đó, suy nghĩ xem bạn muốn con phải tuân thủ những điều gì. Ví dụ, các quy định về giờ giấc (giờ ngủ, giờ thức dậy), các quy định về thời gian học, thời gian xem TV và chơi trò chơi điện tử...

2. Chuẩn bị một buổi nói chuyện nghiêm túc với con, gồm các nội dung:

- Con không hài lòng với bố mẹ điều gì (về sinh hoạt, cách cư xử với con...)? Con mong muốn được bố mẹ đối xử thế nào?

- Nói rõ những điều bạn chưa hài lòng về con (ví dụ dành quá nhiều thời gian xem TV, chơi trò chơi điện tử, hay cãi bố mẹ, không thực hiện lời hứa...).

- Cùng con thống nhất một số điểm cơ bản trong học tập, sinh hoạt. Bàn bạc về lịch sinh hoạt từng ngày của con và của gia đình. Nhớ là hết sức công bằng khi bàn bạc và cố gắng làm cho con hiểu rằng bạn làm vậy là vì tương lai của con.

- Thống nhất với con về những điều con KHÔNG ĐƯỢC LÀM (giải thích rõ lý do tại sao bạn lại cấm) và những điều bạn khuyến khích con làm. Để khỏi rơi vào tình trạng nhớ nhớ quên quên, bạn nên ghi ra thành ba danh sách và dán trong nhà.

LƯU Ý: Phải hết sức bình tĩnh, không được "nổi nóng" khi nghe con phê phán mình. Nếu không chuẩn bị trước thật kỹ về tâm lý, mọi việc sẽ tệ hơn nhiều nếu cuộc nói chuyện bị kết thúc khi bạn nghĩ con đang "lợi dụng diễn đàn" để bêu riếu phụ huynh. Hãy gợi mở cho con nói và xin lỗi, hứa sửa chữa nếu bạn có lỗi với con. Hãy giải thích rõ ràng lý do của những việc làm bạn cho là cần thiết.

3. Bước vào hành động: Trước tiên, bạn hãy cùng con lập lịch làm việc ghi thành dạng thời khóa biểu ở nhà cho từng ngày trong tuần, bao gồm giờ giấc của tất cả các hoạt động: ăn, học, chơi, ngủ, xem TV, chơi điện tử, giải trí, các hoạt động chung với gia đình...

4. Bạn phải xác định rõ, tất cả các việc trên là những bước đầu và là các bước dễ nhất của quá trình giúp con sống có kỷ luật, biết tự kiểm soát mình. Các việc bạn phải làm hàng ngày để giúp hoặc ép con thực hiện theo những gì đã thống nhất mới là khó. Còn khó hơn nữa là khi bạn phải nhắc nhở hàng ngày, thậm chí hàng giờ, để cương quyết đưa con vào kỷ cương – nhưng phải bằng thái độ rất nhẹ nhàng và bình tĩnh. Ví dụ bạn và con đã thống nhất là 10 giờ tối đi ngủ. Vậy thì cứ 9 giờ 45 là bạn phải vào phòng nhắc con làm vệ sinh cá nhân. Nếu con phản ứng, bạn không được cao giọng mà rất nhẹ nhàng, cương quyết nhắc, nếu cần thì kéo con dậy, dắt vào buồng tắm. Sau đó, đúng 10 giờ, bạn yêu cầu con tắt đèn và vào giường. Bạn cũng phải kiểm tra thường xuyên cho đến lúc chắc chắn con đã ngủ, nếu không, có thể diễn ra cảnh con trùm chăn nằm chat với bạn hoặc chơi điện tử. Cảnh đó có thể kéo dài vài tháng, cho đến khi con hiểu rõ rằng: bạn rất cương quyết trong việc "thực thi pháp luật". Con sẽ rất tích cực để thử giới hạn độ cương quyết của bố mẹ trong việc "đưa kỷ luật vào nếp sống".

Bạn sẽ phải cương quyết thu điện thoại hoặc tắt máy tính, nếu con chơi điện tử quá thời gian quy định, phải tắt TV nếu đó là giờ con học bài; phải làm sao bố trí để con ăn cơm tương đối đúng giờ. Nếu lịch chưa hợp lý, bạn phải cùng con bàn bạc để chỉnh sửa cho hợp lý hơn.

5. Có một điều tiên quyết mà bạn cần nhớ, nếu không muốn xảy ra "chiến tranh" hàng ngày với con. Phải bình tĩnh, thật bình tĩnh, thậm chí hơi lạnh lùng (nếu cần thiết) nhưng KHÔNG BAO GIỜ được nổi nóng mắng chửi hoặc chì chiết con. Cũng không được kêu ca, than phiền, kể lể dài dòng. Cứ tỉnh bơ mà yêu cầu con thực hiện những gì đã cam kết.

Làm thế nào để học tiếng Pháp trong 3 tháng?

Muốn con có đức tính gì, bạn phải rèn luyện để mình là tấm gương của con về đức tính đó. Tuy vậy, việc bạn có được những đức tính tốt như kiên trì, quyết tâm, điều đó không đảm bảo con bạn sẽ giống như vậy. Không như gene trong cơ thể được di truyền, con cái không tự nhiên được di truyền cá tính tốt của bố mẹ. Hồi xưa, tôi nhớ đọc bài báo về một bà mẹ hiền lành, chăm chỉ, góa chồng ở vậy nuôi con, vậy mà thằng con trai lớn lên thành tướng cướp, lĩnh án tử hình vì giết người cướp của. Bài báo bày tỏ sự sẻ chia, thương xót với bà mẹ bất hạnh và kết luận theo kiểu: cha mẹ sinh con, trời sinh tính. Bà mẹ có dạy nó đi ăn cướp đâu? Sau này, khi đã đọc nhiều sách về nuôi dạy con của các nước tiên tiến, tôi mới nghiệm ra cái mầm mống của "tướng cướp" thực ra đã hình thành từ chính sự "hiền lành, nhẫn nhịn, hết lòng vì con" của bà mẹ kia. Khi còn bé, nó được chiều chuộng, là chúa tể trong nhà thì lớn lên, nó coi mình là chúa tể ngoài thiên hạ, chẳng có gì đáng ngạc nhiên.

Với bài này, tôi sẽ chia sẻ kinh nghiệm, bố mẹ nên làm gì để con lớn lên thành người kiên trì và quyết tâm – những đức tính quyết định sự thành bại của con người trong công việc và cuộc sống.

Xin kể câu chuyện của con gái tôi: Tôi đăng ký cho con học tiếng Pháp tại Idecaf năm 2004, lúc con hơn 6 tuổi. Vì có việc gấp, những buổi học đầu tiên của con, tôi đi công tác vắng. Tôi nhận được điện thoại từ nhà, nói cứ đi học về là con khóc, kể là bị cô giáo mắng, bị các anh chị lớn trong lớp đánh, giật tóc, bắt nạt đủ kiểu. Mẹ và chị tôi, rồi cô giáo của con ở trường quốc tế ABC đều khuyên nên cho con tạm ngừng, đợi tôi về. Tôi "chỉ đạo": không được cho con nghỉ mà động viên con. Tôi cũng yêu cầu người đưa con đi học đứng ở cửa lớp cho đến khi cô giáo vào, và đón con ngay khi lớp vừa tan, để hạn chế việc bị các học sinh trong lớp bắt nạt. Về đến nơi tôi tìm hiểu tình hình và được biết: lớp học có khoảng 40 học sinh, con gái tôi bé nhất. Bạn bé thứ nhì lớp cũng gần gấp đôi tuổi con (12 tuổi). Vậy thì con bị bắt nạt là phải rồi. Thêm nữa, con chưa quen học ở một môi trường mà thầy cô giáo cứ mắng học sinh sa sả, lại còn chì chiết, chế giễu khi thấy con rụt rè, sợ quá mà chẳng dám nhìn ai, chẳng nói năng gì. Tôi lập tức đến trường, chờ cho lớp tan để gặp cô giáo. Đứng ngoài cửa lớp, thấy con bé tí như cái kẹo, ngồi cạnh một cô bé to gần gấp đôi, mắt con cứ lấm la lấm lét nhìn cô giáo rồi nhìn bạn ngồi cạnh, tôi xót xa vô cùng. Lớp vừa tan, tôi vào gặp cô. Khi biết tôi là mẹ, cô giáo nói bô bô ngay trước mặt tất cả học sinh: "Con gái chị đây à? Nó bị làm sao ấy, chậm chạp, chẳng biết gì, không học được đâu". Thấy con cúi gằm mặt, tôi ôm lấy con, đồng thời nói với cô giáo vô sư phạm đó, với một giọng nhẹ nhàng, nhưng rất rắn: "Cô cũng thấy đó, con tôi bé nhất lớp. Cháu chưa học tiếng Pháp, còn lớp này đã học gần 1 năm. Cô cho tôi 3 tháng, tôi dám đảm bảo con tôi sẽ ít nhất là thành học sinh giỏi trong lớp. Nếu không được như thế, tôi sẽ cho cháu nghỉ. Tôi chỉ có một yêu cầu đề nghị cô không mắng, không chê bai cháu trước mặt các học sinh khác. Có lẽ cô học sư phạm, cũng biết làm thế học sinh sẽ mất hết tự tin. Tôi

sẽ đến đây mỗi ngày để đón cháu, nếu có gì cần, cô cứ trao đổi trực tiếp với tôi". Cô giáo đỏ mặt nhưng đành gật đầu đồng ý, vì nếu muốn phản đối, chắc cô cũng không biết nói gì.

Tôi xuống hiệu sách của trường, mua ngay toàn bộ băng theo giáo trình con học. Bắt đầu từ tối hôm đó, sau khi ăn cơm, hai mẹ con "đánh vật" với tiếng Pháp trong 1 tiếng. Tôi bật băng cho con nghe từng câu, chiếu theo giáo trình. Vì không biết tiếng Pháp, mấy ngày đầu, tôi rất chật vật để khớp được phần nói trên băng và câu con đang đọc từ sách. Tôi cho con nghe, yêu cầu con đọc theo băng, lặp đi lặp lại mỗi câu cho đến khi thuộc. Khi con đọc thì tôi làm trò, vẽ ra các điệu bộ theo nội dung tôi đoán hoặc tôi nói xen vào bằng tiếng Anh, tiếng Việt, giả vờ nói ngọng theo con bằng tiếng Pháp (thực ra chẳng cần giả vờ, vì bắt chước nên dĩ nhiên là nói ngọng thật)… Tôi làm mọi trò vui, cốt để con buồn cười, học sẽ hào hứng hơn. Rồi hai mẹ con nhảy múa khi trên băng có bài hát. Con dịch nội dung, mẹ ấm ớ bịa ra lời để cố hát theo. Những buổi học tiếng Pháp trở thành trò chơi rất hào hứng của hai mẹ con. Mỗi buổi, tôi đều bật băng để con ôn từ bài đầu cho tới bài đang học. Vì vậy, con thuộc và nhớ kỹ từng câu và cách phát âm nhưng không bị áp lực của việc học thuộc lòng. Sau 2 tháng, con gái tôi thành học sinh giỏi trong lớp. Và sau 3 tháng con đứng đầu lớp luôn. Từ đó, con tự học, tôi không cần phải ngồi cùng nữa. Với 1 tiếng mỗi ngày (tổng cộng là 90 tiếng trong 3 tháng – bằng hơn 11 ngày làm việc nếu mỗi ngày 8 tiếng), tôi đã dạy con được rất nhiều bài học:

1. Lòng quyết tâm: Đặt mục đích cho một việc gì đó rồi LẬP KẾ HOẠCH và KIÊN TRÌ, QUYẾT TÂM thực hiện bằng được. Lòng quyết tâm phải đi kèm với sự kiên trì thì mới không bị cảnh "đầu voi đuôi chuột". Và nếu muốn có kết quả như ý, việc lập kế hoạch một cách thực tế, hợp lý là điều tiên quyết dẫn đến thành công.

2. Khi đã có kế hoạch, đủ quyết tâm và kiên trì thì chọn phương pháp nào là điều tối quan trọng. Ở đây, tôi quyết định chọn cách học theo phản xạ, nghĩa là cứ cho con nghe, nói theo mà không cần suy nghĩ, dần dần sẽ tạo phản xạ. Con có thể chưa hiểu nội dung câu nói, không hiểu ngữpháp nhưng miễn là tạo được sự tự tin, phản ứng nhanh để nói và nghe là được. Thêm nữa, nếu ép con phải học theo kiểu cổ điển, chắc chắn tôi sẽ thất bại vì trẻ 7 tuổi không thể ngồi gặm nhấm những bài học ngữ pháp dài dằng dặc. Tôi thành công nhờ đã tạo được sự hứng thú cho con trong việc học tiếng Pháp. Có lẽ đó cũng là nền tảng cho việc con thích học ngoại ngữ và học rất giỏi tất cả các thứ tiếng khi sang Anh học.

3. Điều quan trọng hơn, tôi dạy cho con biết cách trả lời cho những người (do vô tình hay cố ý) chà đạp, xúc phạm hoặc tỏ thái độ khinh bỉ mình: hãy luôn rắn rỏi, kiêu hãnh, không để họ làm mình mất đi lòng tự trọng và PHẢI HÀNH ĐỘNG. Không bỏ cuộc, không than khóc. Câu trả lời tốt nhất là: Hãy nhìn tôi đây, tôi sẽ vươn lên, sẽ thành công trong bất cứ hoàn cảnh nào. Sau 3 tháng, cô giáo chủ động gặp tôi, không xin lỗi nhưng khen con hết lời, nói là chưa có học sinh nào do cô dạy lại có phát âm chuẩn và phản xạ nhanh đến vậy.

Bài học đó theo con gái sang Anh, giúp con vượt qua mọi thử thách tương tự. Trong tháng đầu, thấy con mới gần 9 tuổi, quá khó khăn khi làm quen với môi trường mới, tôi hỏi: "Con có muốn trở về?". Con cương quyết: "Không, con sẽ ở lại. Tự con lựa chọn đi sang đây học thì con sẽ vượt qua. Mẹ còn nhớ đã giúp con học tiếng Pháp thế nào không? Con biết là nếu con quyết tâm, kiên trì và suy nghĩ cách giải quyết, con sẽ vượt qua".

Dạy con đôi khi thật đơn giản

Bố mẹ: hãy tận dụng mọi cơ hội để giúp con thành người quyết tâm và kiên trì. Nó đòi hỏi nghị lực rất cao của chính bố mẹ mà không ai có thể thay thế được.

Giáo dục giới tính

Trong gia đình, sẽ có lợi cho con cái rất nhiều, nếu bố mẹ và con cái có thể nói chuyện với nhau về giới tính và tình dục (sex) một cách tự nhiên và thoải mái. Tất nhiên, điều đó không hề dễ, nhất là trong một xã hội phong kiến như Việt Nam. Vì hầu hết các ông bố bà mẹ đều lớn lên trong không khí mà việc nói chuyện về giới tính và tình dục có thể bị coi là "không lành mạnh", việc chính họ thay đổi để có thể nói chuyện với con về chủ đề đó là cực kỳ khó khăn. VÌ TƯƠNG LAI CON EM CHÚNG TA, hãy cố gắng lên hỡi các bậc bố mẹ! Nhiều lúc chúng ta phải nén cái ngại ngần, ngượng ngùng, e lệ lại. Nếu bạn đỏ mặt khi nói chuyện với con về đề tài này, hãy thú nhận chân thành: "Bố, mẹ chưa quen việc này nên cũng hơi xấu hổ". Sự thú nhận này sẽ có tác dụng làm câu chuyện trở nên dễ dàng hơn chăng?

Nhiều bậc phụ huynh nghĩ rằng con cái còn nhỏ, chẳng quan tâm hoặc có thắc mắc gì về sex đâu. Bạn nhầm đấy, trẻ con rất tò mò, chúng muốn biết nhưng sợ bị mắng, sợ bị chê cười, cũng không thể biết cách tìm cơ hội để hỏi. Sex là thứ ít được nói đến hoặc bị né tránh nên chính trẻ cũng nghĩ chắc tình dục không phải là đề tài có thể được trao đổi một cách tự do và tự nhiên. Chính vì vậy, nó gợi sự tò mò ghê gớm ở trẻ.

Vậy bố mẹ phải làm gì và có thái độ thế nào, để khuyến khích con hỏi, để có cơ hội trao đổi với con về giới tính? Hãy bình thản nói với con: "Ở lứa tuổi con, ai cũng có những thắc mắc về giới tính và tình dục. Nếu con có câu hỏi, bố (mẹ) sẵn sàng trả lời cho con". Thật đơn giản, đúng không các bạn? Chẳng cần đao to búa lớn, chẳng cần phức tạp hóa một vấn đề vốn dĩ không có gì phức tạp.

Cũng cần nhớ, phải tôn trọng sự "bí mật riêng tư" trong khi vẫn có thể nói chuyện tự nhiên với con về sex. Nếu trẻ tò mò hỏi về "cuộc sống tình dục" của bố mẹ, bạn giải thích cho chúng: "Đó là việc riêng tư của bố mẹ". Các cuộc nói chuyện về tình dục diễn ra không chỉ một vài lần mà nên thành "thường lệ" đối với mỗi giai đoạn phát triển của trẻ. Bạn phải cố gắng điềm tĩnh, thân thiết để khuyến khích con hỏi mỗi khi chúng thắc mắc điều gì. Thà chúng hỏi bố mẹ, người có hiểu biết (để hiểu biết, chính bạn cũng cần phải học), còn hơn là chúng thì thầm dạy nhau những điều "bậy bạ" được ai đó không tốt bày cho.

Trước tiên, tôi sẽ chia sẻ về "câu chuyện giới tính và tình dục" với trẻ trước tuổi teen (tức trước 10 tuổi). Tôi viết theo kiểu "trò chuyện với trẻ" để các ông bố bà mẹ dễ áp dụng nhé!

Con biết không? Con người được sinh ra đều lớn lên hàng ngày. Dấu hiệu đầu tiên là cao thêm, to ra. Ngoài những dấu hiệu đó, cơ thể mỗi người sẽ biến đổi: từ trẻ con thành người lớn, rồi thành người già. Ví dụ sau vài năm nữa (2, 3, 4... năm), con sẽ bước vào tuổi dậy thì (con trai và con gái đều trải qua giai đoạn dậy thì, tuy của con gái dấu hiệu sẽ rõ ràng hơn). Khi thành người lớn, con sẽ có thể thích và quyết định sinh con, cũng như bố mẹ đã yêu nhau, lấy nhau và quyết định sinh ra con đấy.

Con biết dậy thì là gì không? Đó là những năm khi cơ thể của một đứa trẻ chuyển từ trẻ con thành người lớn.

Vậy con có biết sao lại có tuổi dậy thì không? Khi hệ thần kinh của con tiết ra một loại hormone đặc biệt, loại hormone này theo máu đi đến các bộ phận sinh dục, kích thích chúng, để chúng tiết thêm ra các hormone khác. Sự xuất hiện các hormone này trong cơ thể con là dấu hiệu cho biết cơ thể con bắt đầu thay đổi để biến thành người lớn.

Lúc còn bé, bố (mẹ) cũng tò mò về giới tính và tình dục lắm mà không biết hỏi ai. Con có thích mình nói chuyện với nhau về đề tài này không? Nếu con có bất cứ thắc mắc gì, bố mẹ sẵn sàng giải thích cặn kẽ. Sẽ rất tốt nếu con biết các thông tin chính xác, có ích về giới tính và tình dục từ các nguồn tin cậy. Bố mẹ hứa là sẽ không bao giờ mắng, chế giễu khi con hỏi về đề tài này.

Hãy hỏi con: “Con có biết những sự khác nhau giữa cơ thể con trai và con gái không? Kể cho bố (mẹ) nghe xem”. Nếu con không trả lời được, chắc chắn sẽ có một ngày nào đó, lần đầu nhìn thấy cậu con trai “truồng cời”, nó sẽ chỉ ngay vào “chim” cậu bé và hỏi: “Mẹ ơi, tại sao con không có cái này?” hoặc ngược lại, nếu con bạn là trai. Hãy giải thích cho con rằng: “Cơ thể con trai và con gái khác nhau nhiều lắm con ạ: con trai có bộ phận sinh dục thò ra ngoài, vì vậy mình dễ nhìn thấy. Con gái cũng có bộ phận sinh dục, trong đó có phần nằm trong cơ thể và phần nằm ngoài, nhưng được giấu kỹ hơn nên khó thấy. Bộ phận sinh dục được thiên nhiên tạo ra để duy trì nòi giống tức là để sinh ra em bé. Nếu muốn có em bé, phải có vai trò của cả hai người: đàn ông và đàn bà. Nhưng con nên hiểu: quyết định để có em bé hay không và có vào lúc nào, phụ thuộc vào ý thích của mỗi người. Ngoài mục đích để có em bé, bộ phận sinh dục của mỗi người còn là nơi đem đến cho con người những cảm xúc khác nhau, có thể là cảm xúc tốt hoặc xấu, tùy vào hoàn cảnh”.

Bây giờ, mình nói về “bọn con gái”, con nhé:

Giấu kín ở bên trong bọn con gái chúng mình (hoặc chúng nó, nếu con bạn là con trai) có 2 buồng trứng (để đựng trứng), 2 vòi để dẫn trứng (gọi là ống dẫn trứng) và tử cung (nơi em bé nằm trước khi được sinh ra). Con (bọn nó) còn có âm đạo (dài 7 – 10 cm – chừng gang tay này). Âm đạo nối phần nằm bên ngoài với tử cung con nhé (tốt nhất tìm lấy mấy hình vẽ trên các quyển sách, chỉ cho bé xem).

Nằm bên ngoài cơ thể, giữa hai chân của con (của bọn nó), có âm hộ. Phần trước của âm hộ có một lối để mình (bọn nó) đi tè. Phần sau là lối nối với tử cung con ạ. Nếu con bạn là con gái, bạn có thể hướng dẫn con dùng gương để xem phần ngoài bộ phận này của bé.

Khi con gái đến tuổi dậy thì, phần xung quanh núm vú sẽ to dần ra, thành chỗ chứa sữa cho em bé bú sau này. Từ quãng 8 – 15 tuổi, cơ thể con (bọn con gái) sẽ thay đổi rất nhiều. Con có thể thấy ngực bắt đầu to ra trước, rồi sau đó sẽ có lông vùng kín hoặc ngược lại. Trước đây, nhiều người nghĩ là ngực to tốt hơn vì trông hấp dẫn hơn, lại có nhiều sữa. Khoa học đã chứng minh là lượng sữa không phụ thuộc vào kích thước bộ ngực. Còn ngực to chưa chắc đã hấp dẫn nếu con không có thêm những tư chất khác nữa. Một cô gái ngực nhỏ cũng sẽ rất hấp dẫn nếu cô ta duyên dáng, tốt bụng, có đầu óc hài hước. Nhiều cô gái có một bên ngực to hơn bên kia –

điều đó cũng bình thường, chẳng có gì đáng lo ngại. Khi ngực to ra, các cô gái thường mặc áo ngực. Điều đó không bắt buộc, nhưng nếu mặc, ngực sẽ được nâng đỡ, nhất là khi mình tập thể thao hoặc đi lại, chạy nhảy. Mặc áo ngực cũng giúp cho bầu ngực tròn trịa, nhìn đẹp hơn, cũng đỡ lộ liễu khi con mặc áo mỏng.

Khi con (bọn con gái) lớn lên, bộ phận sinh dục cũng to lên. Buồng trứng to lên và bắt đầu sản xuất trứng. Các phần khác cũng to dần tương ứng với sự phát triển của cơ thể.

Đến một ngày nào đó, con (bọn con gái) sẽ có kỳ kinh đầu tiên, sau đó là mỗi tháng, máu sẽ chảy từ tử cung, qua âm đạo và thoát ra theo âm hộ. Thường hành kinh kéo dài quãng 3 – 7 ngày. Trong thời gian này, ngực con có thể sẽ hơi bị sưng lên, có người sẽ thấy mệt mỏi, hay cáu kỉnh hơn. Vậy tại sao lại có máu chảy ra nhỉ? Tử cung của đàn bà được bao bọc bởi lớp màng với rất nhiều máu giàu dinh dưỡng (sẵn sàng nuôi em bé trong đó). Nếu đàn bà thụ thai, trứng đã thụ tinh sẽ được lớp máu đó nuôi dưỡng và phát triển thành bào thai, rồi em bé. Lúc đó, họ sẽ không có hành kinh cho đến khi em bé được sinh ra. Nếu không có thai, lớp màng tử cung không còn cần thiết nữa nên bị bong và chảy ra ngoài, gây nên hành kinh. Con có hiểu không hay muốn mẹ giải thích lại? Tiếp nữa, có người sẽ có kinh sau mỗi 28 – 30 ngày một cách đều đặn. Nhiều người lại có chu kỳ ngắn hoặc dài hơn (23 – 27 hoặc 30 – 35 ngày). Hầu hết mọi người đều có những chu kỳ bất thường, không thật đều đặn. Khi bắt đầu có hành kinh, tốt nhất là con (bọn nó) ghi lại ngày bắt đầu và ngày kết thúc kỳ của mỗi tháng vào lịch, sẽ rất có ích. Con gái thường bắt đầu có kinh trong độ tuổi 12 – 15, một số có thể sớm hơn vào lúc 9 – 10 tuổi. Một số bạn lại có trễ hơn, lúc đã 15 – 16 tuổi. Hầu hết mọi người không thấy đau khi có kinh, nhưng một số người có thể bị đau hoặc co thắt bụng trong thời gian đó. Nếu đau quá thì chắc mình nên hỏi bác sĩ. Khi nào thấy có máu chảy từ chỗ kín thì con nhớ nói với mẹ để mẹ hướng dẫn cho nhé (nếu con bạn là bé gái).

Bạn có thể dẫn con gái đi siêu thị, chỉ và giải thích cho con tác dụng và cách sử dụng băng vệ sinh khi có hành kinh. Cũng nên nói chuyện với con về tampons và những lưu ý khi phải sử dụng nó. Giải thích rõ với con gái: khi bắt đầu có kinh, con có thể có thai nhưng cơ thể vẫn chưa phát triển đầy đủ và chưa đủ lớn để có thể sinh và nuôi em bé. Bạn cũng dặn con (cả bé trai và bé gái): không cho phép ai (đàn ông cũng như đàn bà, bạn gái hay bạn trai) sờ vào chỗ kín của mình vì việc này có thể gây nhiễm trùng, làm đau đớn khu vực đó. Dặn kỹ con là nếu ai đó ép buộc để bắt con sờ vào chỗ kín của họ hoặc họ sờ vào chỗ kín của con, phải nói ngay với bố mẹ, hoặc người lớn mà con thấy có thể tin cậy. Nếu có nhiều người ở gần đó, con hãy kêu cứu.

Rồi một ngày khác, bạn sẽ phải nói chuyện với con về "bọn con trai".

Bộ phận sinh dục của bọn mình (bọn nó) bao gồm: một con "chim" và hai "quả bóng, hay còn gọi là hột" (bạn nên tìm bức tranh nào đó chỉ cho con xem). Tinh trùng được tạo ra từ hai quả bóng nhỏ còn ống dẫn tiểu nằm ở đầu cái chim, nơi nước tiểu thoát ra. "Chim" rất nhậy cảm và nhiều lúc con (bọn nó) sẽ có cảm giác thích khi sờ vào đó. Khi một bé trai được sinh ra, một phần đầu của "chim" sẽ được một lớp da bao bọc lấy (lớp da đó gọi là bao quy đầu). Có nhiều bé phải nhờ bác sĩ cắt bớt da ở bao quy đầu vì nó bọc cao quá, gây bất tiện cho việc đi tiểu, lại hay làm "chim" bị ngứa vì rửa khó sạch. Nếu bé nào bị cắt bao quy đầu, thoạt nhìn, "chim" có

thể hơi khác so với các bé khác nhưng thực sự là nó không khác nhiều: cách nó hoạt động và cảm giác khi sờ vào vẫn thế. Bình thường, "chim" của con trai rất mềm nhưng đôi lúc nó cương cứng lên. Con đã bao giờ thấy bị thế chưa? Phía trong của chim chứa các mô xốp, máu dồn về đấy sẽ làm cho nó cương cứng lên. Vậy con có biết khi nào thì xảy ra hiện tượng này? Đó có thể là lúc con sờ hoặc xoa nó, khi con nghĩ về tình dục (hoặc nghĩ về một bạn khác giới). Nó cũng có thể xảy ra khi con buồn đi tiểu, lúc con đang ngủ hoặc mới thức dậy vào buổi sáng. Thậm chí, nó có thể xảy ra khi con hồi hộp, hưng phấn, lo lắng hoặc sợ hãi điều gì. Tất cả đàn ông và con trai bình thường đều trải qua hiện tượng cương cứng, kể cả các em bé dưới một tuổi. Vì vậy, họ (chúng mình) mới được gọi là đàn ông.

Có thể vào một ngày nào đó, chợt con (hoặc bọn nó) nhận ra là hai quả bóng đã trở nên to hơn và da ở đó thì nhăn nheo, còn chim thì vẫn nhỏ tí. Đừng lo con nhé, bóng sẽ phát triển và to ra trước chim quãng một năm. Cơ thể các cậu bé sẽ bắt đầu thay đổi từ lúc 10 – 11 tuổi và đến 16 – 17 tuổi phần lớn đã thành cơ thể đàn ông. Khi đó cả bóng và chim đều to hơn, các cậu sẽ cao lên rất nhanh, giọng nói trở nên khàn khàn, rồi lại còn mọc râu và lông khắp cơ thể (nhất là ở nách và hai chân), có cậu lại còn có râu quai nón nữa chứ. Thường thì một quả bóng treo thấp hơn quả kia, nếu nó được tạo ra để treo ngang nhau, con (bọn nó) sẽ bị đau khi đi, vì hai quả có thể đập vào nhau. Kích thước của chim không quan trọng và không ảnh hưởng gì đến chức năng, cũng như hoạt động tình dục sau này. Con đừng tin khi có bạn nói là ai chim to sẽ có nhiều tinh trùng hơn hoặc sẽ được bọn con gái thích hơn. Những đứa con gái tử tế sẽ thích những người đàn ông tốt, kích thước của chim không hề có ảnh hưởng đến hạnh phúc gia đình. Khoảng một năm sau khi chim bắt đầu to ra, lông cũng sẽ xuất hiện ở đó. Cũng vào cùng thời gian này, lông ở tay và chân sẽ dài ra và sẫm màu hơn. Lông cũng có thể sẽ mọc ở ngực bọn con trai nữa.

Bọn con trai (bọn mình) cao chậm hơn bọn con gái khoảng 2 năm, bọn nó bắt đầu phát triển chiều cao lúc 10 – 12 tuổi, còn con trai lúc 13 – 14 tuổi. Do vậy, trong mấy năm này, thường con gái cao hơn con trai cùng tuổi. Có những cậu bé, vì cao lên nhanh quá, trong khi cơ bắp chưa kịp phát triển – trở nên gầy "khẳng khiu, hiu hắt". Đừng lo, đó chỉ là tạm thời thôi vì cơ bắp sẽ phát triển và bắt kịp với các bộ phận khác, vai và cơ bắp tay, bắp chân sẽ to ra.

Khoảng hai phần ba số con trai sẽ có cảm giác mình có cục gì đó mọc ra ở dưới đầu ti. Điều này có thể làm cho con (bọn nó) rất lo lắng, sợ mình biến thành con gái. Không sao cả, đó là hiện tượng bình thường của tuổi dậy thì trước khi trở thành đàn ông. Các con chẳng biến thành con gái đâu. Lúc 14 – 15 tuổi, một số cậu sẽ thấy giọng nói đột nhiên bị thay đổi, mà chẳng có dấu hiệu gì báo trước, điều đó cũng bình thường.

Tinh trùng được tạo ra trong hai quả bóng. Mỗi ngày, bóng có thể sản xuất được vài triệu tế bào tinh trùng đấy: Chỉ cần một con chui vào trong quả trứng của đàn bà, là đã tạo thành em bé rồi! Nếu nhìn qua kính hiển vi, tinh trùng có đầu, thân và đuôi. Tinh trùng có thể bơi (như con cá ấy) trong chất lỏng bằng cách quẫy đuôi. Bọn con trai bắt đầu có tinh trùng lúc chúng khoảng 13 tuổi (cũng có thể sớm hoặc muộn hơn một vài năm). Bắt đầu từ lúc đó, bọn con (bọn nó) sẽ có hiện tượng xuất tinh (tức là tinh trùng được xuất ra ngoài qua lỗ ở đầu chim ấy). Mỗi lần xuất ra khoảng 1 thìa cafe, chứa vài triệu tinh trùng. Không bao giờ tinh trùng được xuất ra cùng với nước tiểu con ạ. Thường nó được xuất ra khi con sờ vào và vuốt ve chim. Cũng có thể, bọn con trai xuất tinh khi đang ngủ mơ (gọi là mơ ướt). Thường thì bọn con (bọn nó) sẽ

xấu hổ khi thức dậy và thấy tinh trùng trên quần áo ngủ hoặc ra ga trải giường. Chẳng có gì đáng xấu hổ cả, ai cũng biết đó là hiện tượng bình thường, con ạ! Nếu bố mẹ chưa nói với con trai về hiện tượng xuất tinh ban đêm này, con sẽ có thể hết sức lo lắng, tưởng mình bị bệnh gì. Đừng lo con nhé, con đang lớn lên và trở thành đàn ông đấy! Vì đã có tinh trùng nên con có thể cùng đàn bà tạo ra em bé. Tuy vậy, vì mới có 13 – 14 tuổi, con chưa đủ trưởng thành và tự lập để gánh trách nhiệm nuôi em bé. Hãy đợi thêm 10 năm nữa con ạ!

Nhiều khi, các con, cảm thấy thích sờ vào bộ phận sinh dục của mình (nhất là buổi tối trước khi đi ngủ). Điều đó có bình thường không?

Việc tự xoa bóp hoặc sờ vào bộ phận sinh dục, để có cảm giác thích thú tiếng Anh gọi là masturbation (tiếng Việt gọi là thủ dâm). Từ tiếng Việt gợi cho ta cảm giác việc làm đó không tốt nhưng con đừng lo lắng vì đó là nhu cầu bình thường của hầu hết mọi con người bình thường.

"Vậy thì tại sao nhiều người lớn cứ dọa các con, nào là: Thủ dâm là không tốt, Thủ dâm nhiều sẽ bị kiệt quệ sức khỏe, nếu là con trai thì sau này khó có con..."

Thường thì mỗi người có suy nghĩ khác nhau về tình dục, được tạo nên từ nền giáo dục khi họ còn bé. Rất nhiều người thuộc thế hệ của bố mẹ bây giờ, đã bị dọa thủ dâm là xấu, đến bây giờ vẫn tiếp tục suy nghĩ như vậy và lại nói tiếp với các con họ về điều đó. Nếu có ai đó nói với con rằng: "Sờ vào bộ phận sinh dục của chính mình là xấu", con hãy nhìn thẳng vào mắt họ và trả lời với họ thật rành rọt: "Đấy chỉ là suy nghĩ riêng và cảm giác của cô (chú), còn cháu không nghĩ vậy. Cơ thể cháu là sở hữu của cháu, cháu có quyền sờ mó nếu thích. Cái đó không có hại cho bất cứ ai cả".

Hầu hết mọi người đều có lúc thủ dâm. Có một số người không thích vì nhiều lý do khác nhau. Cũng có người thủ dâm một thời gian rồi không thích nữa và thôi. Cái đó tùy thuộc vào ý thích từng người và đều bình thường. Nếu việc gì mang lại niềm vui, hạnh phúc cho mình, lại không có hại cho ai thì việc đó là đúng. Vậy bọn con trai và con gái thủ dâm thế nào nhỉ? Bọn con trai thì hay xoa rồi kéo lên kéo xuống. Còn con gái thì hay xoa vùng quanh phía bên ngoài (hoặc thậm chí cho tay vào trong) của chỗ kín. Cũng có đứa lấy các vật khác áp vào bộ phận sinh dục, nhưng con nhớ là nếu tay hoặc các vật bẩn mà sờ vào là dễ làm cho chỗ đó bị bẩn, nhiễm trùng đấy! Con không bao giờ được nhét gì vào trong bộ phận sinh dục nhé, phải đi bệnh viện lấy ra thì phiền lắm.

Tại sao người ta chỉ thủ dâm tại chỗ kín, khi không có ai?

Con thử tưởng tượng có ai đó lớn đùng, lại cởi truồng tồng ngồng, rồi sờ vào chỗ kín trước mặt người khác xem. Hành động đó gọi là bất lịch sự, đáng xấu hổ – và cái đó (theo bố, mẹ) là xấu, vì nó làm phiền người khác, làm họ xấu hổ. Vậy nên, người ta chỉ thủ dâm lúc có một mình, ở trong chỗ kín (như là phòng ngủ chẳng hạn).

Vậy cảm giác "cực khoái – orgasm hoặc climax" là gì?

Cả con trai và con gái sẽ có thể có các cảm giác đặc biệt khi sờ vào bộ phận sinh dục. Hiện tượng này kéo dài chỉ vài giây nhưng sẽ cho con một cảm giác mạnh và khác lạ. Với bọn con trai và đàn ông thường có cảm giác này trùng với lúc xuất tinh. Còn với con gái và đàn bà tuy chẳng có tinh mà xuất nhưng cũng có cảm giác tương tự. Vậy sờ vào bộ phận sinh dục có hại gì không? Nó chẳng có hại gì, không làm con mất cảm giác với người khác giới khi lớn lên, cũng chẳng làm bọn con trai hết tinh trùng. Đó là những điều nhảm nhí. Nếu con thấy thích làm gì với cơ thể mình, kể cả sờ vào bộ phận sinh dục, thì cứ làm, miễn là không làm gì để bị đau, để cơ thể bị tổn thương và hết sức lưu ý phải giữ vệ sinh sạch sẽ.

Một người có thể thủ dâm quá nhiều không?

Thường thì không. Cơ thể sẽ lên tiếng cho ta dừng lại, khi nó không thích nữa. Nếu ai đó thủ dâm quá nhiều, cũng chẳng có gì có hại. Nhưng cái cần lưu ý, đó là dấu hiệu cô hoặc cậu bé có vấn đề về tâm lý (buồn, căng thẳng, giận dữ...) và cố gắng vượt qua các cảm giác đó bằng cách thủ dâm. Hãy tham gia vào các hoạt động đa dạng, tập thể dục thể thao, tiếp xúc nhiều với thiên nhiên hoặc nói chuyện với ai có kiến thức nếu điều này xảy ra với con.

Nếu con hay có những suy nghĩ vẩn vơ về tình dục hoặc về bạn khác giới thì có bình thường không?

Điều đó hoàn toàn bình thường. Hầu hết mọi người có những giấc mơ về tình dục (lúc thức hoặc ngủ). Các cô cậu bé có thể nghĩ về hẹn hò, ôm và hôn nhau, thậm chí mơ đang làm tình. Nhiều khi, những giấc mơ và suy nghĩ hơi vượt quá mức xã hội chấp nhận, ví dụ mơ về việc làm tình với thầy cô giáo chẳng hạn. Tất cả những suy nghĩ và giấc mơ đó là bình thường. Nhưng các con phải nhớ kỹ một điều: nghĩ và mơ về cái gì đó khác hẳn với việc thực hiện nó. Suy nghĩ gì là việc của mỗi cá nhân. Nhưng mỗi người đều có trách nhiệm kiểm soát hành động của mình vì hành động sẽ liên quan đến đạo đức và pháp luật. Ví dụ, một cậu bé trên 18 tuổi mơ về việc làm tình với cô bé hàng xóm vị thành niên là bình thường. Nhưng nếu thực hiện hành động đó, cậu ta sẽ vi phạm pháp luật và bị đi tù.

Dạy con lòng tự trọng

Lòng tự trọng là nền tảng cơ bản tạo nên nhân cách, cá tính và sự thành công thật sự của một con người. Lòng tự trọng giúp con người hiểu rõ giá trị bản thân, cách ứng xử, giao tiếp với người khác cũng như với thế giới bên ngoài. Để con bạn có được lòng tự trọng cao, chúng sẽ phải được dạy từ bé để biết rằng: chúng rất quan trọng với mọi người xung quanh, chúng thông minh và có giá trị trong cuộc sống. Bạn phải xác định những bài học bạn dạy cho trẻ về lòng tự trọng không có gì cao xa, khó khăn cả. Nó là những việc xảy ra hàng ngày quanh ta, được ta xử lý rồi giải thích ngọn nguồn cho trẻ lý do tại sao ta làm như thế. Nếu trẻ có lòng tự trọng cao, chúng sẽ trở thành con người có trách nhiệm với bản thân và xã hội, lịch sự, tôn trọng trong giao tiếp hàng ngày và sẵn sàng giúp đỡ mọi người khi cần.

Nói thì dễ nhưng thực hiện những điều trên lại rất khó vì bạn phải ý thức được rằng, mọi sự việc xảy ra xung quanh đều được trẻ quan sát và ghi nhận từ lúc chúng còn rất bé. Con bạn có thể dưới 1 tuổi, chưa biết nói, bạn bận bịu với đủ thứ việc không tên nhưng vẫn cần dành thời gian để quan sát, để hiểu cảm xúc và ý muốn của chúng. Và quan trọng nhất, bố mẹ, ông bà… sống trong cùng nhà đều là những tấm gương (tốt hoặc xấu) cho trẻ noi theo. Người gian dối ít khi dạy được con thành người trung thực. Bố mẹ hèn hạ làm sao con trở thành người có tự trọng cao? Vậy bố mẹ phải làm gì?

1. Yêu và chấp nhận con một cách VÔ ĐIỀU KIỆN. Dù con đang ở lứa tuổi nào trong giai đoạn phát triển, bố mẹ phải làm cho con luôn cảm thấy chúng được chấp nhận, từ đó chúng sẽ dần hiểu rõ giá trị bản thân. Hãy dạy con bằng chính những cư xử của bạn với chúng, hãy cho con biết (và đừng quên nhắc đi nhắc lại) rằng: con luôn xứng đáng được yêu thương. Sẽ chẳng có vấn đề lớn khi bạn không đồng ý với mọi lựa chọn và ý thích của con. Hãy gạt cái đó sang một bên, tập trung vào việc chứng tỏ với con rằng: bạn yêu chúng như một CON NGƯỜI, ngay cả khi những lựa chọn của con trái với ý bạn. Cái này khó, nhất là trong xã hội còn tồn tại nhiều lễ giáo phong kiến như Việt Nam khi một số ông bố bà mẹ sẵn sàng "từ con", chỉ vì chúng không nghe lời trong việc lựa chọn ngành học, công việc hoặc bạn đời. Bạn phải chứng tỏ được rằng, bạn yêu con vì chính bản thân chúng chứ không phải vì những cái gì chúng đạt được trong cuộc sống hay vì những thứ chúng sẽ đem lại cho bạn như một sự báo hiếu.

2. Hãy đặt câu hỏi với mong muốn thực sự hiểu suy nghĩ, ý thích và quan điểm của con, qua đó thể hiện tình yêu vô điều kiện của bạn. Hãy nhìn thẳng vào mắt con khi nói chuyện để thể hiện sự tập trung và hứng thú. Hãy nghe thật kỹ khi con chia sẻ và trả lời một cách có trách nhiệm và cặn kẽ đủ để trẻ hiểu khi con hỏi bất cứ câu hỏi nào. Hãy hỏi thêm để hiểu rõ hơn vấn đề, cũng để bạn hiểu rõ cái gì là quan trọng với chúng và chứng tỏ là bạn quan tâm đến chúng. Để thực hiện được điều này, bạn phải kiên trì, kiên trì và kiên trì trong ít nhất 18 năm đầu của cuộc đời con. Chỉ có cách như thế, con mới có đủ lòng tin vào bạn, mới san sẻ với bạn những điều chúng coi là quan trọng, bạn mới biết mà có cách giúp đúng lúc. Xin nhắc

lại, tuyệt đối không được mắng con khi chúng có những câu hỏi liên quan đến các khái niệm khó nói hoặc sa vào phạm trù đạo đức bạn đặt ra. Con đã hỏi nghĩa là chúng tin, muốn chia sẻ và muốn bạn tư vấn, vậy thì sao bạn lại mắng chúng? Hãy thảo luận về các quan điểm với con một cách bình tĩnh, thẳng thắn và chân thành.

3. Luôn tôn trọng con và hướng dẫn con cách thể hiện sự tôn trọng người khác. Cách hành xử của bố mẹ là bài học quan trọng nhất cho con trong quá trình lớn lên. Luôn thể hiện sự tôn trọng với cá nhân con, bằng cách tôn trọng mọi cảm xúc, sự riêng tư và tài sản riêng của con. Các ông bố bà mẹ hãy bớt tò mò, bớt nghi ngờ và đừng rình mò để "bắt quả tang" con cái nữa, việc đó chẳng có lợi gì, chỉ làm rạn nứt thêm hố sâu ngăn cách giữa con cái và bố mẹ mà thôi. Trước khi vào phòng riêng của trẻ, bố mẹ phải gõ cửa, không lục lọi đồ đạc của chúng khi không được phép… là những khái niệm các bậc bố mẹ Việt Nam khó chấp nhận nhưng bạn nên quen với nó.

4. Sử dụng cơ hội để thể hiện sự tự hào về trẻ một cách hợp lý và chính đáng. Hãy nói rõ với trẻ bạn tự hào về điều gì: sự cố gắng làm việc gì đó hoặc kết quả của một việc làm tốt. Khen ngợi đúng mực, đúng phương pháp là cách rất tốt giúp trẻ trở thành người tự tin và tự tôn trọng bản thân trong tương lai. Bạn có thể nói: "Mẹ rất vui và tự hào khi biết con đã đọc sách cho em nghe". Nhưng tuyệt đối không khen chung chung kiểu: "Con mẹ giỏi nhất thế gian" vì như vậy, bạn sẽ làm chúng tưởng chúng là người vĩ đại, tạo nên những kẻ ảo tưởng là mình luôn đứng cao hơn thiên hạ.

5. Sử dụng nhiều cách để giúp trẻ luyện tập các kỹ năng cần thiết. Trẻ càng được luyện tập toàn diện và đầy đủ sẽ càng thấy tự tin về khả năng bản thân và càng tự tin trong cuộc sống. Bố mẹ cần khơi gợi sự hứng thú, chứ không bao giờ được ép buộc trẻ. Hãy cùng làm, cùng chơi, động viên để trẻ dần có hứng thú với nhiều loại hình hoạt động. Nếu con thích làm điều gì đó lành mạnh, không có hại (ví dụ: tập võ, tập múa hoặc hát, nuôi động vật…), hãy cho phép và tạo điều kiện cho con thực hiện, động viên con kiên trì theo đuổi niềm yêu thích. Nếu con thích tự chế một đồ chơi gì đó, hãy để con làm và chỉ giúp khi được yêu cầu. Bạn có thể sẽ rất ngạc nhiên và tự hào khi con sáng tạo ra được cái gì đó, tuy là nhỏ. Hãy khen ngợi một cách chân thành và thể hiện lòng tự hào về con.

6. Hãy dạy con cách chấp nhận thất bại. Sai lầm là một phần rất quan trọng của cuộc sống. Trang bị cho con những kỹ năng cần thiết để tiếp tục hành động (sau khi thất bại), ví dụ phân tích nguyên nhân của sự thất bại cũng như các bài học rút ra từ thất bại. Nếu được luyện tập cách đứng lên từ sai lầm và thất bại, chắc chắn con bạn thành người tự lập, tự tin và luôn biết tự tôn trọng bản thân.

MUỐN CON TRỞ THÀNH NGƯỜI TỰ TRỌNG, BỐ MẸ HÃY LÀ TẤM GƯƠNG

Quá trình rèn luyện để trở thành con người có lòng tự trọng sẽ giúp cho trẻ phát huy được khả năng của chúng, giúp chúng có những mối quan hệ tốt đẹp với người thân và bạn bè, cũng như làm cho những người xung quanh tôn trọng mình.

Bố mẹ phải làm gương cho trẻ, nhưng bằng cách nào? Sau đây là các bước cụ thể, trước tiên để giúp các bậc bố mẹ rèn luyện chính mình trở thành người tự trọng, tấm gương cho con cái noi theo.

Bước 1: Xác định tư tưởng đúng cho bản thân

1. Hãy thực sự hiểu rõ bản thân vì càng hiểu rõ bản thân, bạn càng xác định được những giá trị đặc biệt mình có. Tìm hiểu các nguyên tắc sống, cá tính và khả năng của chính mình. Việc này có thể làm cho bạn mất vài ngày, thậm chí vài tuần, nhưng giá trị của nó sẽ rất lớn. Chúng ta thường có thói quen: chỉ đến khi có một sự kiện bất hạnh lớn xảy ra cho mình, ta mới ngồi lại để "kiểm điểm bản thân". Vậy thì hãy làm ngay bây giờ, bạn sẽ thấy giá trị rất lớn của việc "khám phá chính mình" bằng cách:

- Lấy một tờ giấy, viết ra trên đó danh sách những con người, cảm xúc, các hoạt động và công việc mà bạn thấy nó quan trọng đối với bạn. Danh sách này sẽ giúp bạn hiểu rõ: bạn thực sự thích và cần những gì trong cuộc sống.

- Hãy cố gắng thử nghiệm nhiều hoạt động khác nhau: điều này sẽ giúp bạn xác định cái gì bạn thích và những gì bạn không thích.

2. Muốn là người tự trọng, bạn phải biết cách tha thứ cho bản thân. Hãy nhận lỗi một cách chân thành với bản thân và với người khác rằng mình sai và tự hứa sẽ không lặp lại sai lầm tương tự. Nếu bạn nghiêm khắc quá mức vì đã làm điều gì sai hoặc nói gì làm tổn thương người khác, hãy nghĩ rằng: "Bạn là con người. Ai cũng có lúc mắc sai lầm". Hãy học bài học từ sai lầm và tha thứ cho bản thân.

3. Học cách yêu thương và chấp nhận bản thân: Để làm điều này, bạn đừng bao giờ cố gắng là con người hoàn hảo. Hãy yêu bản thân như nó vốn thế, đặc biệt là với những gì không thể thay đổi được. Hãy yêu bản thân ngay lúc này, ngay từ giờ phút này, đừng đặt bất cứ điều kiện nào cho "tình yêu" đó.

4. Xây dựng sự tự tin: Sẽ rất khó trở thành con người tự trọng, nếu bạn không hài lòng với bản thân, kể cả hình thức bề ngoài hay những việc bạn làm. Để trở thành người tự tin không hề dễ. Vậy thì hãy bắt đầu ngay từ bây giờ và cố gắng từng ngày:

- Cười nhiều hơn, sử dụng các động tác trong giao tiếp một cách tự nhiên: bắt tay, đi thẳng người, nhìn thẳng vào mắt người đối diện khi nói chuyện…

- Nếu có ai đó khen bạn, hãy chấp nhận lời khen đó và cám ơn họ.

5. Luôn có thái độ và hành động tích cực: Cách suy nghĩ và hành động tích cực sẽ giúp bạn có những bước tiến vượt bậc trong cuộc sống. Ngay cả khi bạn không may mắn, hãy luôn lạc quan tin rằng những điều tốt đẹp sẽ đến nếu mình tin vào điều tốt và cố gắng sống tốt. Hãy hài lòng với những gì mình có, với những điều tốt đẹp (dù là nhỏ bé) mà cuộc sống đem lại cho bạn. Nếu bạn luôn cảm thấy chán nản và suy nghĩ tiêu cực về cuộc sống, về những điều

xấu, bạn sẽ không bao giờ hài lòng về bản thân và vì vậy, cũng không thể tôn trọng bản thân. Ví dụ nếu bạn thực sự muốn một công việc gì đó, thay vì suy nghĩ: “Chẳng bao giờ mình được nhận vào làm việc đó, có biết bao người giỏi hơn mình cũng nộp đơn”, hãy nghĩ: “Sẽ thật là tuyệt vời khi được nhận vào làm công việc đó. Thậm chí, nếu họ không nhận, mình cũng sẽ học được nhiều kinh nghiệm trong quá trình làm hồ sơ và phỏng vấn. Dù được nhận hay không, mình vẫn thấy tự hào về bản thân”.

6. Hãy dừng ngay việc so sánh mình với người khác: Một số lý do có thể làm bạn thiếu sự tôn trọng bản thân, có thể là:

- Bạn vẫn còn độc thân, trong khi tất cả bạn bè đều đã có gia đình.
- Sự mặc cảm khi bạn kiếm được ít tiền hơn những người xung quanh.

Không ghen tức, không so sánh mình với bất cứ ai khác. Cảm giác ghen tức chỉ làm cho bạn mất đi lòng tự trọng, căm ghét bản thân và người khác. Hãy đặt ra những tiêu chuẩn phù hợp và làm việc để đạt được các mục đích do bạn đặt ra. Hãy làm những gì đem lại cho bạn hạnh phúc và sự hài lòng.

Đừng có mất thời gian quý báu vào những việc nhằm gây sự chú ý của người khác hoặc chỉ để chứng tỏ mình thành đạt. Sẽ có ích hơn rất nhiều nếu bạn được làm những việc mình thích, được sống cuộc sống của chính mình thay vì chạy trên con đường đám đông đang chạy.

7. Tin tưởng sự lựa chọn của mình: Bạn chỉ có thể tôn trọng mình khi bạn tin tưởng vào những quyết định của bản thân. Hãy suy nghĩ cẩn thận, hiểu rõ mình thực sự muốn gì, cái gì làm mình hạnh phúc. Hãy tự thưởng thức thành quả của những quyết định đã được cân nhắc suy tính kỹ, dù khó khăn. Bạn có thể hỏi ý kiến của những người xung quanh nhưng đừng bao giờ mất thời gian để hối tiếc, để ân hận rằng những gì mình làm đều sai. Cũng đừng mong muốn là giá mình làm khác đi.

8. Học cách xử lý khi được góp ý hoặc bị phê phán: Để trở thành người tự trọng, bạn phải thật sự hiểu rõ con người mình. Nếu có ai đó góp ý một cách chân thành, hãy nghiêm túc đánh giá những lời góp ý đó bởi bạn rất cần các góp ý để tự “sửa mình”, trở thành người tốt hơn. Nếu ai đó cố ý xúc phạm hoặc bất lịch sự với bạn, hãy vứt bỏ nó ra khỏi đầu bạn. Nhiều lúc, rất khó để phân biệt và có những người nói với bạn sự thật nhưng thái độ khó ưa trong khi người khác nói những lời xúc phạm bằng giọng “ngọt ngào”. Luôn cố gắng phân tích sự góp ý hoặc phê phán một cách cẩn thận và tỉnh táo.

9. Có một nguyên tắc bạn cần tuân theo, tuy sẽ rất khó khăn, nhất là trong hoàn cảnh Việt Nam: giá trị của hạnh phúc và về bản thân bạn, phải được CHÍNH BẠN xác định chứ không phải do ai chọn lựa hộ, dù đó là bố mẹ, anh chị em hoặc bạn bè thân thiết đi chăng nữa. Những lời khen ngợi khi bạn làm vừa lòng ai đó nghe thì hay, nhưng cuối cùng chỉ có bạn phải chịu trách nhiệm về sức khỏe, hạnh phúc và cuộc sống của chính mình. Vì vậy, không cho phép bất cứ ai kiểm soát hoặc xúc phạm bạn, bắt bạn làm theo ý họ. Chỉ khi bạn tin tưởng vào những quyết định của bản thân mình, có trách nhiệm với quyết định đó, bạn mới có thể tôn trọng

bản thân. Nếu bạn cho phép người xung quanh "dẫn dắt", bắt bạn thay đổi quyết định không vì những lý do chính đáng, bạn sẽ khó tìm thấy lòng tin vào bản thân và khó trở thành người tự trọng.

Bước 2: Hành động

1. Luôn tự tôn trọng bản thân: Đừng bao giờ đối xử tệ với chính mình, bất kể bạn bị rơi vào tình trạng tệ hại đến thế nào.

- Hạn chế tối đa việc vay nợ để chi trả cho các nhu cầu hàng ngày. Bằng cách đó, bạn đang tự ăn cắp tiền trong tương lai của chính mình, vì trước sau gì, bạn cũng sẽ phải trả nợ.

- Hãy chân thành và trung thực với bản thân, không bao giờ "ngoảnh mặt làm ngơ" với những gì bạn thật sự mong muốn.

- Suy nghĩ cho bản thân: Tự học hỏi, tự tìm hiểu các kiến thức cần thiết thay vì chạy theo ý kiến của người khác hoặc của đám đông.

2. Hãy chăm sóc cơ thể của bạn: Nếu bạn dành thời gian chăm sóc thân hình, giữ cho mình luôn trong tình trạng mạnh khỏe, không chỉ về thể chất và phấn chấn về tinh thần, bạn sẽ tự hào về mình một cách chính đáng. Tôn trọng cơ thể cũng có nghĩa là không xúc phạm, cáu kỉnh với nó, với những gì nó được sinh ra, không cố thay đổi những gì không thể thay đổi. Luôn cố gắng giữ để bạn không bị tình trạng quá cân và luôn ở trạng thái mạnh khỏe. Không tự trách móc những gì bạn không kiểm soát được hoặc than vãn, đau khổ vì điều đó. Ngực bạn nhỏ, mông quá khổ một chút nhưng bạn không quá cân, luôn mạnh khỏe và tràn đầy sinh lực là được. Hãy dành thời gian và công sức vào những gì bạn có thể thay đổi, để bạn cảm thấy tự hào là mình đủ nghị lực kiểm soát sức khỏe và cơ thể của mình. Cũng đừng nghĩ rằng nếu bạn tập thể dục hàng ngày và có một thân hình cân đối, hấp dẫn nghĩa là bạn đã có lòng tự trọng cao bởi lòng tự trọng đòi hỏi nhiều hơn là vẻ đẹp bên ngoài. Nhưng nếu bạn không biết cách chăm sóc cơ thể, ăn mặc lôi thôi, có lẽ bạn sẽ khó lòng cảm thấy tự tôn trọng mình.

3. Hãy nhận biết những điểm yếu của bản thân để tự sửa và thay đổi: Tự trọng khác xa với tự kiêu hoặc hách dịch. Là người tự trọng không có nghĩa là bạn đã hoàn hảo, không có điểm yếu gì, không còn gì cần phải học hỏi. Tự trọng nghĩa là: Chấp nhận những gì bạn không thể thay đổi của bản thân: chiều cao, khuôn mặt, mái tóc…; tìm ra những gì là điểm yếu để sửa đổi, làm cho mình tốt hơn, đẹp hơn trong mắt mình và trong mắt người khác.

Để làm được điều này, bạn nên dành thời gian suy nghĩ kỹ về những việc bạn thực sự muốn làm: dành thời gian học thêm một ngoại ngữ, tổ chức lại để sao cho cuộc sống hàng ngày bớt căng thẳng. Bạn cũng có thể suy nghĩ xem làm sao cho quan hệ với người thân tốt đẹp hơn nhưng không phải với cái giá là bạn luôn luôn phải nhường nhịn và từ bỏ ý thích của mình…

- Bạn phải lập kế hoạch cho từng vấn đề bạn thấy cần thay đổi, không chỉ nghĩ trong đầu mà hãy liệt kê ra trên giấy, cùng với danh sách những việc cụ thể bạn cần thực hiện mỗi ngày. Hãy ghi lại những thành tựu nhỏ hoặc lớn mà bạn đạt được trong từng phần việc. Bạn sẽ thấy rất vui và tự hào trước những thay đổi tốt đẹp mà bạn đạt được mỗi ngày. Nó sẽ giúp bạn cảm thấy tự tôn trọng bản thân hơn với mỗi kết quả đạt được.

- Để thay đổi bản thân, loại bỏ dần các thói quen xấu, tập cho mình các thói quen tốt không hề dễ dàng và không thể thực hiện được trong vòng một, hai ngày. Nó đòi hỏi nghị lực cao, sự cam kết lâu dài và lòng quyết tâm. Nhưng hãy bắt đầu những bước đầu tiên trên con đường hoàn thiện bản thân. Mỗi ngày trôi qua, bạn sẽ thấy mình tự tin hơn và tôn trọng bản thân hơn. Bạn không chỉ có một cuộc sống tốt đẹp hơn cho bản thân mà sẽ là tấm gương cho con cái. Đồng thời bạn sẽ tự tích lũy cho mình những bài học quan trọng để dạy con thành những con người tự trọng trong tương lai.

4. Hãy vượt qua sự ngại ngần để thử những hoạt động mới mà bạn chưa từng làm, mở rộng đầu óc để đón những khả năng mới. Đừng tự nhốt mình trong những cái hộp để rồi đánh mất dần sự tôn trọng với chính bản thân mình.

- Có thể bắt đầu bằng cách đi bộ mỗi tuần 1 – 2 tiếng, tham gia lớp học yoga hoặc thể dục nhịp điệu, tập Suối nguồn tươi trẻ, dành thời gian tham gia công việc xã hội hoặc từ thiện, tự học cách chăm sóc sức khỏe, cách nuôi dạy con cái theo các quan điểm tiên tiến…

- Hãy học cách đánh giá sự việc dựa trên phân tích nhiều chiều, học cách lựa chọn phương án tốt nhất bằng cách liệt kê tất các phương án có thể, rồi đánh giá toàn diện từng phương án…

Hãy luôn nhớ rằng nếu bạn sống có tự trọng, con cái sẽ nhìn vào bạn như một ví dụ để noi theo.

Dạy con về công bằng

Nếu chúng ta muốn con có tính công bằng, trước tiên bố mẹ hãy là tấm gương cho chúng soi theo. Nền giáo dục Việt Nam (cả trong gia đình và ở trường) đều mang nặng phong cách giáo điều và tệ hơn nữa là đạo đức giả. Chúng ta hay "lên lớp" trẻ bằng cách cứ nói ra rả suốt ngày mà không hiểu rằng khả năng tập trung của trẻ con rất ngắn. Hãy nói ngắn gọn, dễ hiểu để chúng hiểu rõ chúng phải làm gì. Mặt khác, trẻ rất nhạy cảm nếu lời nói của bạn không đi đôi với việc làm, chúng sẽ nhận ra ngay.

Trước tiên bạn hãy công bằng với chính con và với những người xung quanh. Bạn phải gần gũi, dành thời gian cho con, làm cho con tin mình, để chúng kể cho bạn nghe những việc xảy ra hàng ngày, tâm sự với bạn về những gì chúng suy nghĩ. Bằng cách đó, bạn mới có cơ hội chia sẻ với chúng các quan niệm của bạn về sự việc xảy ra. Sự công bằng của người lớn phải được thực hiện ở mọi nơi, mọi lúc một cách nghiêm túc. Cái này khó lắm, nhất là đối với gia đình sống ba thế hệ dưới một mái nhà. Phần lớn trong các gia đình được gọi là "nề nếp", các ông bố bà mẹ hay có quan niệm: con cái phải tuyệt đối nghe lời bố mẹ, bất kể bố mẹ đúng sai. Nếu trong xã hội phong kiến, lời vua là "sấm truyền" thì trong gia đình, lời bố mẹ cũng như vậy đối với con cái. Nếu không có sự công bằng ngay trong môi trường đứa trẻ lớn lên thì làm sao ta hy vọng chúng có được đức tính đó?

Từ khi có con, tôi luôn cố gắng đưa ra những quy định rõ ràng trong gia đình và vì đã là quy định, tất cả mọi người phải thực hiện. Bất cứ ai không thực hiện sẽ phải xin lỗi và sửa ngay. Khi có việc gì xảy ra, tôi đều hướng dẫn con tìm hiểu sự việc một cách rõ ràng rồi hướng dẫn con phân tích đúng sai và bàn với con cách xử lý. Nếu người lớn đối xử không công bằng với nhau và với con, tôi yêu cầu mọi người xin lỗi để làm gương cho bé. Với trẻ con, mọi sự phải luôn rành mạch và thống nhất trước sau như một. Tôi còn nhớ con của một người bạn có kể với tôi rằng lúc còn bé, bố mẹ đi làm, bà đánh nó nhưng lại dặn ông về không được nói với bố mẹ nó. Việc đó xảy ra khi bé chỉ mới 2 – 3 tuổi nhưng đã hằn thành dấu ấn trong đầu đứa bé về việc nó không được đối xử công bằng.

Trước khi mắng một đứa trẻ vì lỗi gì đó, xin hãy dừng lại một chút để suy nghĩ: lý do xảy ra sự việc, cái gì dẫn đến lỗi của con và lỗi của nó thật sự là gì? Trong rất nhiều trường hợp, thực ra đứa trẻ không có lỗi. Thường gặp nhất là cảnh ép con ăn. Các bạn có nghĩ là đang đối xử không công bằng với con? Con không thấy đói, không muốn ăn, sao ta lại ép? Nếu ai đó ép bạn ăn bằng cách vạch mồm ra rồi nhét đồ ăn và bắt nuốt, bạn sẽ phản ứng ra sao? Vậy sao bạn mắng con là hư, nhiều lúc đánh con chỉ vì con không có nhu cầu ăn vào lúc đó? Hành động ép ăn sẽ mang lại hậu quả là lớn lên, đứa trẻ có thể cư xử với người khác một cách tương tự, ép mọi người yếu hơn làm theo ý mình, bất kể đúng sai.

Nếu ông bà mắng cháu một cách vô lý, bạn sẽ hành động ra sao? Chắc hầu hết là im lặng cho yên cửa yên nhà. Với sự im lặng đó, bạn đã dạy cho trẻ hai bài học: không có sự công

bằng, cũng không có thái độ dũng cảm để bảo vệ sự thật. Một đứa trẻ lớn lên trong gia đình như vậy chắc chắn sẽ không tin tưởng và tôn trọng bố mẹ như là những người có thể bảo vệ chúng khi bị đối xử bất công.

Nếu bạn không giữ lời hứa hoặc có lỗi gì với con: hãy nhận lỗi một cách chân thành thay vì cậy là bố mẹ mà mắng át đi. Sự công bằng với chính mình và với con sẽ làm cho hình ảnh bạn đẹp hơn rất nhiều trong mắt chúng.

Rồi việc chì chiết, so sánh con với những đứa trẻ khác: đó là con bạn, do bạn sinh ra, sao ta lại muốn nó giống con một người nào đó? Nếu nó học chưa giỏi hãy tìm hiểu nguyên nhân, rồi bàn bạc với con, xem chúng cần ta giúp đỡ những gì thay vì đổ riệt là chúng lười, chưa cố gắng hết sức.

Bạn cũng phải công bằng khi đứa trẻ làm được việc tốt. Hãy khen chúng một cách hợp lý, đừng sợ chúng trở nên tự kiêu. Lời khen đúng mực, nói rõ lý do khen vì cái gì, có tác dụng rất tốt về nhiều mặt. Con sẽ thấy ta công bằng trong mọi việc, chứ không chỉ chăm chăm tìm lỗi để mắng chúng.

Bạn cũng phải công bằng với những người xung quanh bởi chính sự công bằng đó sẽ làm cho đứa trẻ cảm phục bố mẹ, coi bố mẹ là anh hùng trong mắt chúng.

Bạn bè hỏi ý kiến tôi rất nhiều khi có vấn đề với con cái, đặc biệt khi chúng ở lứa tuổi 12 – 18. Bao giờ tôi cũng yêu cầu cho tôi gặp đứa trẻ một mình. Tôi thường trao đổi với các cháu như một người lớn, tôn trọng chính kiến của chúng, không bao giờ nhận định một cách vội vàng. Trong tất cả các trường hợp tôi biết, 100% các cháu đều nói mình không được bố mẹ đối xử công bằng, không được tôn trọng. Và trong tất cả các trường hợp, lời khuyên của tôi dành cho bố mẹ chúng là hãy công bằng, cố gắng hiểu và thể hiện sự ủng hộ với những mặt tốt của con thì dĩ nhiên, các mặt xấu sẽ được giảm đi đáng kể.

Tạo sân chơi cho con

Khi còn nhỏ, chúng tôi hay tự tạo sân chơi với nhau. Từ khi có con, tôi luôn để ý tạo cho con những cơ hội được vui chơi lành mạnh trong khung cảnh thiên nhiên hoặc kết hợp "HỌC VÀ CHƠI, CHƠI MÀ HỌC" tại nhà. Xin chia sẻ những cách tôi đã làm từ trước đến nay.

Trước tiên, để công bằng cho ngôn từ tiếng Việt, tôi muốn được định nghĩa lại từ "CHƠI" vì từ đó có vẻ đã và đang được liệt vào loại động từ mô tả hành động không tốt, hoặc tệ hơn, là hành động xấu. Vậy các hành động nào được gọi là (tôi chỉ giới hạn hành động của trẻ còn tuổi học phổ thông)? Đó là các hành động, sinh hoạt không TRỰC TIẾP THỂ HIỆN LÀ ĐANG HỌC. Nếu trẻ không ngồi trong lớp học hoặc bên bàn học với trang sách trước mặt, bố mẹ sẽ nghĩ là con ĐANG CHƠI.

Còn trong khái niệm giáo dục tại các nước phát triển phương Tây, họ luôn kết hợp và nhào lộn hai khái niệm CHƠI MÀ HỌC, HỌC NHƯ CHƠI.

Tất nhiên, đọc đến đây, có bạn sẽ trề môi nói ai mà chẳng biết, nhưng đào đâu ra sân chơi cho trẻ con bây giờ? Tôi lại muốn khẳng định ngược lại một điều: các thành phố không hề thiếu sân chơi cho các cháu, cái mà bố mẹ thiếu là:

1. Mong muốn và quyết tâm tự tạo sân chơi cho con, nhiều lúc phải hi sinh bớt ý thích cá nhân.

2. Kiên trì với mong muốn của mình, vì một tương lai phát triển lành mạnh của con.

3. Học các phương pháp "Chơi mà học", "Học thông qua chơi" với con. Điều này đòi hỏi các bậc bố mẹ phải chịu khó tưởng tượng, học cách pha trò, biến các bài học buồn chán, các thuyết lý khô khan về đạo đức thành những trò chơi vui vẻ, phù hợp với lứa tuổi con.

Trong bài này, tôi muốn chia sẻ một số ý tưởng, cũng như cách mà tôi tổ chức cho con gái chơi với mẹ hoặc với bạn bè từ khi cháu còn nhỏ.

Nguyên tắc đầu tiên của "học mà chơi" này, là phải tận dụng mọi cơ hội, mọi sự việc xảy ra xung quanh: trong nhà, ngoài đường... để giải thích rồi cùng trẻ tạo thành trò chơi, thì trẻ sẽ nhanh nhớ và nhớ rất lâu.

1. Học và chơi về các quan niệm đạo đức: xấu – tốt – đúng – sai, hay – dở... Ví dụ, các bạn đều biết, các cụ bà rất hay kể lể dài dòng (chắc chắn tôi sắp trở thành như thế rồi), thậm chí hay nói xấu con dâu hoặc người khác, kể cả với trẻ. Nhà tôi trước đây cũng không hề ngoại lệ. Khi chơi với cháu (không có mặt tôi ở đó), bà ngoại cũng hay nói xấu người này người khác.

Khi con hỏi tôi về những người đó cũng như cá tính của họ, tôi giật mình hỏi kỹ. Vậy là sau khi giải thích kỹ lưỡng cho con về cái xấu của tật "nói xấu sau lưng" người khác, tôi dựng một trò chơi với nhân vật bị nói xấu chính là con gái tôi. Hai mẹ con cùng đóng vai hai đứa trẻ đang thì thầm trò chuyện về Thu. Tôi méo mồm, mắt đảo quanh theo kiểu "mắt la mày lét", thì thầm với con: "Cậu biết không, hôm qua tớ nghe cái Lan kể là cái Kim nói với nó, là cái Hương kể với Kim..., Minh Thu vẫn còn đái dầm đấy! Ngồi cạnh nó, bạn có thấy khai không? Nó lại còn không biết ăn bánh ngọt nữa chứ! Buồn cười quá!" Không rõ có phải do dáng vẻ tôi lúc đó nhập vai quá tốt mà cháu cười lăn lóc. Sau đó, tôi đóng vai cô bạn nghe câu chuyện kia, nói một cách nghiêm túc: "Bạn biết không, nói xấu người khác sau lưng là không tốt. Đái dầm thì đâu có xấu, vì bạn ấy có cố tình đái dầm đâu, lớn lên bạn ấy sẽ hết mà! Mẹ tớ bảo ăn nhiều đồ ngọt không tốt đâu, bạn ấy không biết ăn bánh ngọt thì tốt chứ..." Hai mẹ con cứ vậy chơi với nhau, bịa ra đủ tình huống để mà cười thoải mái. Tuy nhiên, một điều mà tôi không lường trước đã xảy ra. Vào một bữa cơm, khi mẹ tôi đang giận dỗi ca cẩm về ai đó, tôi cũng chẳng muốn xen vào mà cứ im lặng ăn, chợt con gái (đang ngồi cạnh tôi) đứng phắt dậy. Tôi chưa kịp hiểu là con định làm gì thì nó đi đến sau lưng bà, nhón lên kéo vạt áo bà rồi nói: "Bà ơi, nói xấu người khác sau lưng là xấu". Rồi con còn giải thích những gì nữa mà vì hoảng quá, tôi không nghe hết. Cả nhà lặng ngắt, chờ bà giận dỗi bỏ cơm, khóc lóc... Khi con gái về lại chỗ ngồi, điềm nhiên ăn tiếp, mẹ tôi cũng đứng dậy đi vào phòng tắm, ở trong đó khoảng 5 phút. Sau đó, bà ra, lại bàn ngồi ăn tiếp. Tôi thở phào kể một câu chuyện vui, thấy bà cười, tuy hơi gượng gạo, nhưng không hề căng thẳng. Vậy là tôi reo thầm trong bụng: "Thành công rồi". Từ đó, bà rất cẩn thận khi nói đến người khác. Sau hôm đó, tôi nói với con: "Con rất dũng cảm, nhưng lần sau, con nói riêng với bà để bà đỡ xấu hổ với mọi người". Con trả lời: "Con bảo bà mấy lần rồi, khi bà chơi với con, nhưng bà không nghe lời".

Vậy đấy, bằng một trò chơi, con gái tôi đã học được bài học và lại còn "chữa khỏi bệnh" cho bà nữa!

2. Học và chơi trong nhà: Tôi hay dành thời gian cùng con làm quần áo từ vải thừa hoặc giấy vụn, gối cũ đã bỏ đi dựa theo các câu chuyện. Còn nhớ, mẹ con tôi hay chơi trò đếm ngón tay: cháu bảo đếm ngón tay, tôi giơ tay cháu lên, đếm ngón cái là một, hai. Tất nhiên, cháu sẽ kêu lên: "Một chứ, sao lại hai?" Tôi điềm nhiên trả lời: "Béo quá thì phải tính là hai! 2 kg thịt thì phải đếm là hai, chứ sao lại là một được?" Thế là cháu phải dùng đủ lý luận để giải thích cho tôi hiểu tại sao 2 kg thịt lại là hai mà ngón tay "béo" thì chỉ là một. Còn một trò nữa hai mẹ con hay chơi là "Dắt con đi chơi", trong đó cháu luôn đóng là mẹ, tôi là con. Cháu hỏi: "Con gái thích đi đâu?". Tôi luôn luôn trả lời: "Singapore". Thế là cháu lại mắng "con": "Suốt ngày chỉ đòi đi Singapore! Bao nhiêu nơi đẹp sao không chịu đi?" Tôi phụng phịu: "Em bé bé tí, chỉ biết Singapore. Nếu mẹ thích dẫn em bé đi đâu khác, phải kể xem ở đó có gì, đẹp thế nào, thì em bé mới đi". Thế là "mẹ" sẽ phải tìm hiểu về các địa danh để còn thuyết phục "con" 45 – 50 tuổi. Bài học về địa lý chẳng bao giờ làm cho con chán, mỗi lần có thể chơi một kiểu khác nhau.

3. Các chuyến tham quan và trò chơi ngoài trời: Bạn có thể tổ chức cho con đi dã ngoại với mức phí phải trả chỉ là sự chịu khó, kiên trì, sáng tạo của bố mẹ và tiền xăng xe máy. Để tiết kiệm chi phí, bạn nên lựa chọn các điểm đến trong khoảng cách đi xe máy. Ví dụ, ở Thành Phố Hồ Chí Minh, bạn có thể chọn Củ Chi, Tây Ninh, Cần Giờ hoặc kết hợp đi chơi trong rừng

cao su vào buổi sáng, sau đó đi Long Hải hoặc Vũng Tàu tắm biển. Hồi con gái tôi 5 – 6 tuổi, tôi đã tổ chức cho cháu và 3 – 4 đứa bạn đi chơi trong rừng cao su vào buổi sáng. Sau khi ăn trưa trong rừng (mang thức ăn theo từ nhà), cả đoàn đi Vũng Tàu tắm biển rồi về luôn trong ngày. Tôi còn nhớ rõ là các cháu hào hứng đến thế nào khi được chạy nhảy thoải mái trong rừng cao su, rồi chơi đá bóng, nhảy dây... Tóm lại là các trò chơi ngoài trời. Chơi chán, tất cả trải nilon ngồi ăn dưới bóng cây. Để có thể tổ chức các chuyến đi này một cách an toàn và có ích nhất, phải lưu ý mấy điều:

3.1. Lập kế hoạch cụ thể cho chuyến đi:

- Cả nhà bàn bạc và chọn nơi đến.
- Các điều cần lưu ý để đảm bảo an toàn tuyệt đối cho chuyến đi.
- Liệt kê các vật dụng cần chuẩn bị, phân công thành viên trong gia đình các đầu việc.
- Tìm hiểu thông tin về nơi sẽ đến: Nếu đi rừng cao su thì tìm các thông tin về cao su như cách trồng, thu hoạch ra sao, nhựa cao su dùng để làm gì... Nên phân công mỗi người tìm hiểu một loại thông tin, rồi chơi kể chuyện có thưởng...

3.2. Xác định tư tưởng là dù nóng nực, dù người lớn ngại, điều này rất có ích cho con. Bạn sẽ được chứng kiến sự hào hứng của con trong việc chuẩn bị cho chuyến đi và tham gia hoạt động cùng con.

Bạn có thể thực hiện những chuyến đi hàng tuần hoặc hai tuần một lần mà không tổn hại gì đến “túi tiền”, trong khi lợi ích mang lại lớn, thậm chí còn lớn hơn những kỳ đi nghỉ, ở khách sạn 3 – 4 sao rất tốn kém. Với các cơ hội này, bạn sẽ có dịp dạy cho con những kỹ năng sống để con mang theo suốt cuộc đời: kỹ năng lập và thực hiện kế hoạch, kỹ năng xử lý tình huống, những điều phải làm để đảm bảo an toàn cho bản thân khi đi dã ngoại...

Nuôi dạy con thành người tự lập, tự tin và có trách nhiệm (từ 0 - 17 tuổi)

VỚI TRẺ TRƯỚC 1 TUỔI

Làm sao để con trở thành người tự lập, tự tin và có trách nhiệm? Câu hỏi này đang hàng ngày hàng giờ trăn trở trong tâm trí của biết bao ông bố mà mẹ Việt Nam. Đây cũng là đề tài cho biết bao cuộc trao đổi, thảo luận, bao cuốn sách về nuôi dạy con của hàng trăm, thậm chí hàng ngàn nhà giáo dục trên thế giới và ở nước ta.

Vào tháng 7 năm 2005, khi mới hơn 7 tuổi rưỡi, con gái tôi một mình đi tham dự trại hè tại trường Concord ở Anh, nơi con là học sinh Việt Nam duy nhất. Bạn nhỏ tuổi thứ hai của chương trình là 13 tuổi, tức "chỉ gần gấp đôi" tuổi con gái tôi. Hơn 1 năm sau, vào tháng 9 năm 2006, gần 9 tuổi, con gái lại một mình với ba lô trên vai, dấn thân vào cuộc "trường chinh" của hành trình du học.

Nhiều bạn bè đặt câu hỏi, vậy tôi đã làm gì để con gái có đủ tự lập, tự tin tự lựa chọn cuộc sống xa mẹ, xa gia đình, chấp nhận đến một nơi hoàn toàn xa lạ, sống nội trú với bạn bè đến từ nhiều nước khác nhau? Đặc biệt, tại các trường đó, con luôn là học sinh Việt Nam đầu tiên và duy nhất.

Có lẽ mọi sự đều được bắt đầu từ ngày 22 tháng 11 năm 1997, khi con gái tôi tròn 10 ngày tuổi. Nắm trong tay bảo bối là vài chục cuốn sách nuôi dạy con của các tác giả Mỹ, trong đó có những cuốn chỉ dẫn hết sức cặn kẽ về sự phát triển từng tuần từ khi mới sinh của trẻ nhỏ, bà mẹ "không còn trẻ" (là tôi), quyết định biến con gái thành "con thỏ thử nghiệm" của những kiến thức từ sách vở.

Những bài học về tự lập đầu tiên phải dạy cho trẻ sơ sinh là:

1. Tự nhận biết mình no hay đói, tự quyết định bú bao nhiêu sữa là đủ. Hai tháng đầu, con gái bú sữa mẹ xen kẽ bình ngon lành, lần bú nhiều, khi bú ít – tôi không ép. Sự việc chỉ rối hết lên khi khoảng 2 tháng, con bắt đầu phân biệt được sữa mẹ và sữa bình và thể hiện sự cương quyết yêu thích sữa mẹ để đẩy bình ra, đúng vào thời điểm mẹ hết sữa. Thay vì cương quyết hiểu là mình hết sữa, dứt ngay việc cho bú để con trở lại bú bình, tôi vẫn cố cho con mút từng giọt sữa của mẹ. Tôi nuôi hy vọng mong manh do các cụ "nhồi" vào đầu: cứ cho nó mút, sữa sẽ ra. Tôi cũng bị ám ảnh bởi cái sự dọa dẫm của mọi người: nếu không có sữa mẹ, con sẽ đau ốm suốt ngày... Rồi tôi căng thẳng, tôi mất ngủ và sữa mất hẳn sau 2 – 3 tuần trong khi con càng cương quyết hơn trong việc từ chối bú bình. Nhiều người nhỏ to khuyên nhủ: "Phải ép thì nó mới ăn đủ" và bày cho tôi cách ép bé ăn. Ép chưa đủ, nhiều người dọa đủ kiểu. Con bắt đầu ói sau mỗi bữa ăn, còn mẹ bắt đầu khóc vì lo lắng. Nếu được làm lại, tôi sẽ làm theo đúng

sách dạy, nghĩa là chẳng cần ép, đói quá bé sẽ ăn, cũng để dạy cho bé rằng: nếu không thể có lựa chọn tốt nhất (là sữa mẹ), phải chấp nhận lựa chọn thứ hai (nghĩa là sữa bình); nếu từ chối sữa bình, thì sẽ bị đói. Tập cho con ăn đúng theo nhu cầu cơ thể chứ không ép là bài học quan trọng đầu tiên các bậc bố mẹ cần thực hiện để giúp con tự lập từ những ngày đầu. Việc ép ăn xảy ra chủ yếu do tâm lý chúng ta không tin trẻ con mới sinh có khả năng nhận biết là chúng no hay đói. Sự can thiệp thô bạo vào quá trình nhận biết (bằng cách ép trẻ ăn) sẽ làm trẻ sợ ăn và mất luôn cảm giác đói.

2. Luyện cho các bé nằm chơi một mình, không bế ẵm nhiều và cũng đừng nghĩ trẻ được bế là sướng. Việc bế ẵm sẽ làm trẻ con không còn dùng phương tiện duy nhất lúc đó là tiếng khóc để thể hiện nỗi sợ hoặc sự cần thiết được người lớn chăm sóc đúng lúc nữa. Nếu được luyện đúng cách ngay từ ngày đầu tiên, đứa trẻ sẽ chỉ khóc khi đói, khi cần thay tã và khi mệt mỏi. Lúc ăn no, nằm hoặc ngồi chơi giúp các bé có thể tự lập để quan sát mọi sự việc xảy ra xung quanh, mọi âm thanh vẳng tới một cách thanh thản và vì vậy, giúp cho sự phát triển toàn diện nhanh hơn nhiều (cả về trí não và cơ thể).

Có một số mốc quan trọng trong sự phát triển của trẻ con, nếu bố mẹ biết tận dụng tốt, sẽ dạy được con những bài học quý giá về tự lập:

- 3,5 tháng là thời điểm tốt nhất để tập cho bé nhai và cầm đồ vật. Bạn có thể dạy cùng lúc cả hai kỹ năng này bằng cách cho bé cầm nhai những thức ăn phù hợp. Ai có điều kiện kinh tế, có thể mua các gói bánh dành cho trẻ 3,5 tháng tuổi. Cái dở của dùng bánh là phí phạm vì thường thì các bé chỉ gặm 1 tí là làm rơi hoặc vứt đi mà giá bánh đó khá đắt. Vì vậy, tôi đã "sáng tạo" dùng cà rốt hoặc khoai lang sống, rửa sạch, gọt vỏ, bổ tư theo chiều dọc, bé rơi thì tôi thay miếng mới. Đến hơn 4 tháng tuổi, con gái tôi đã tự cầm thìa để xúc đồ ăn, lúc đầu không đưa vào mồm mà đổ hết xuống đất, thậm chí đổ lên đầu. Tôi cứ kệ cho bé nghịch, đến 7 tháng thì một nửa đồ ăn đã được bé tự cho vào mồm. Tự lập trong việc xúc đồ ăn là bước khởi đầu rất quan trọng trong việc dạy con tự lập. Nếu bạn bỏ qua giai đoạn này chỉ vài tháng, bé sẽ không tự nguyện cầm thìa nữa, việc tự ăn uống trở nên khó khăn hơn nhiều.

- Từ 5 tháng, theo bản năng, bé đã có thể ngồi (xương đủ cứng cáp). Nên tập cho bé ngồi ngay khi đó. Bé biết ngồi sẽ là bước tiến quan trọng trong việc giao tiếp giữa bố mẹ và con. Bé ngồi được, nghĩa là bạn có thể đặt bé ngồi ở sàn hoặc ghế có đai bảo vệ để đọc sách cho bé nghe, dạy bé các trò chơi thích hợp mà lúc nằm bé không thể làm được.

- Từ 7 tháng, bé đủ cứng cáp để tập đi. Các bạn cũng nên bắt đầu tập cho bé đi vào đúng thời điểm này. Nếu tập đúng, chỉ vài ngày sau là bé có thể đi men và 8 – 9 tháng là đi rất vững rồi. Tự đi được sẽ là bước tiến "vĩ đại" trong hành trình dạy con tự lập. Khi đã biết đi, bạn nên để cho bé tự đi chứ không bế nữa. Chỉ bế khi có nhu cầu giao tiếp bố mẹ với con. Khoảng hơn 1 tuổi, khi đi ra ngoài, tôi đều cho con tự đi với đai tập đi, chứ không bao giờ bế. Nếu con kêu mỏi, tôi cho ngồi nghỉ. Tôi rất kiên trì và cương quyết về việc này nên lúc 17 tháng, trong chuyến đi thăm

Hội An, con gái nhỏ của tôi đã có thể đi bộ gần 3 tiếng đồng hồ cùng mẹ khi dạo chơi thăm thành phố. Bé cương quyết không cho ai bế, lúc mỏi thì ngồi vệ đường nghỉ, đỡ lại đứng lên đi tiếp. Con tôi cũng tự đi dép có quai hậu (trước khi ra ngoài) lúc trên dưới 1 tuổi, nhưng bé rất hay đi ngược giữa chân trái và chân phải.

- Từ khi bé biết đi, bạn phải bố trí lại đồ vật trong nhà để tránh nguy hiểm khi bé tự do khám phá. Lối lên cầu thang phải có cửa để có thể cài chặt. Tôi dạy con tập bò lên bò xuống cầu thang khi con 5 – 6 tháng nhưng luôn cài chặt cửa cầu thang, đề phòng lúc người lớn sơ ý, bé bò một mình. Các đồ gỗ có góc nhọn đều được bọc lại để không gây nguy hiểm khi bé va vào. Tôi di chuyển toàn bộ ổ cắm điện lên cao 1,2 m đề phòng bé lấy tay ngoáy vào ổ điện. Bởi vậy, bắt đầu từ lúc biết đi chập chững, con gái tôi có thể và được quyền tự do đi lại một mình trong nhà mà tôi không có gì phải lo lắng. Riêng lên xuống cầu thang, tôi vẫn phải kèm theo kiểu con bò trước mẹ bò sau khi lên và ngược lại khi bò xuống. Để tập tính tự lập cho con, tôi chấp nhận nhà cửa và đồ gỗ bị xấu đi, cất hoặc đặt các đồ dễ vỡ lên cao.

Như vậy, khi tròn 1 tuổi, con gái tôi đã tỏ ra rất tự lập: tự ăn, tự đi lại trong nhà và tự chơi một mình khi mẹ bận, tự đi bộ khi ra ngoài đi chơi cùng mẹ. Tuy con chưa biết nói, nhưng tôi đã có thể nhờ con nhiều việc như: lấy tờ báo đưa mẹ, đem trái cây mời bà (tất nhiên là những quả nhỏ và nhẹ như vải, nhãn, chuối...)

Tóm lại, muốn con dưới 1 tuổi tự lập, bố mẹ phải:

- Có niềm tin vào khả năng của con.
- Tập cho con từng việc vào đúng thời điểm và đúng cách.
- Luôn động viên bằng cách khen (nhưng phải nêu rõ vì sao khen) khi con cố gắng tự làm được việc gì đó.
- Kiên trì, không sốt ruột, kể cả lúc bạn có tâm lý vội. Tốt nhất, hãy lập kế hoạch sao cho không lúc nào phải vội vàng khi tập cho trẻ việc gì đó. Tuyệt đối tránh làm hộ trẻ chỉ vì thiếu kiên trì hoặc thấy bé làm chậm. Đừng chặc lưỡi theo kiểu: “Thôi mình làm hộ cho xong, còn làm việc khác”, rồi dành lấy làm hộ trẻ. Bạn sẽ làm con mất tự tin và ý muốn tự lập sẽ giảm dần rồi mất hẳn.

TỪ 1 ĐẾN 6 TUỔI (TRƯỚC KHI VÀO LỚP 1)

1. Bí quyết quan trọng nhất trong việc dạy con tự lập, ngoài việc PHẢI TIN vào khả năng của con, bố mẹ phải hiểu là nếu được dạy đúng cách, mọi đứa trẻ đều có thể tự làm được các việc đúng với giai đoạn phát triển (như các nhà giáo dục ở các nước tiến bộ đã nghiên cứu).

2. Bí quyết thứ hai là chỉ nói từ KHÔNG khi không thể nói CÓ. Trước khi nói KHÔNG nên uốn lưỡi không chỉ 7 lần mà có khi phải là 10 lần mới đủ (trừ các trường hợp khẩn cấp).

Tiếp theo phần trước, tôi giả thiết là các bậc bố mẹ đã hiểu khi có con nhỏ, hãy tạo ra một môi trường RẤT AN TOÀN trong nhà để trẻ có thể tự do khám phá, vui chơi, học hành, để ngôi nhà con cái sống phải thực sự là nhà của chúng, chứ không phải là ngôi nhà đẹp đẽ chúng phải "đi ở nhờ" của bố mẹ ngay từ khi lọt lòng. Bạn nên nhớ cái đẹp trong con mắt trẻ thơ khác hẳn với cái đẹp trong con mắt chúng ta. Và sự an toàn tuyệt đối là cực kỳ quan trọng, khi bạn muốn con có đủ tự tin để tự lập.

Nếu một em bé phát triển bình thường và được dạy đúng cách, khoảng 8 tháng, chậm nhất là 9 tháng, bé có thể đã đi tương đối vững. Tôi để con gái tự do đi lại, làm mọi việc mà bé thích trong một không khí đầy đủ tình yêu thương với sự ủng hộ của mọi người xung quanh. Tôi chỉ đưa con gái đến những nơi mà tôi chắc chắn con được chào đón, được tôn trọng và để làm được điều đó, tôi luôn có sự chuẩn bị kỹ lưỡng cho mọi việc liên quan đến con. Tôi hiểu rõ luật nhân – quả đúng ở mọi lúc: nếu tôi đối xử tử tế, luôn cố gắng giúp đỡ mọi người thì con gái tôi sẽ được chào đón ở mọi nơi. Nếu tôi yêu thương và trân trọng những người xung quanh con (dù đó là cô giáo của con ở trường mẫu giáo hay người giúp việc ở nhà) thì chính con gái tôi sẽ được nhận lại tình yêu thương từ những người đó. Để con lớn lên một cách tự tin, sự yêu thương, tôn trọng của gia đình và những người tiếp xúc thường xuyên với bé đóng vai trò cực kỳ quan trọng.

Vậy thì khi nào cần nói KHÔNG với con ở độ tuổi này? Sau khi tham khảo sách các loại và suy nghĩ kỹ lưỡng, tôi chỉ thấy cần phải nói KHÔNG trong mấy trường hợp dưới đây:

- Khi con làm gì đó có hại hoặc nguy hiểm cho bản thân: đập đầu vào tường, sử dụng các vật nhọn hoặc sắc như dao, kéo…

- Khi con làm gì đó có hại hoặc xúc phạm người khác, kể cả việc gây tiếng động mạnh vào giờ ngủ của cả nhà.

- Khi hành động của con gây phương hại đến tài sản của bất cứ ai: nhảy nhót trên ghế sô-pha, dùng vật cứng đập vào gương hoặc kính…

Quan sát các bà mẹ xung quanh tại Việt Nam, tôi nhận thấy một điều rất lạ, thậm chí buồn cười: việc nói từ "không" với con, hoặc nhắc nhở con thường xuyên dường như trở thành một thói quen thường trực. Các bạn để ý một chút sẽ thấy mọi người nói từ KHÔNG nhiều quá mức cần thiết.

- Thay vì nói "Con, không được nghịch đất, cát! bẩn đấy!", bạn hãy nói: "Sau khi nghịch đất, cát, mình sẽ rửa tay thật sạch con nhé!". Làm như vậy, ngoài việc khuyến khích trẻ khám phá đất, cát, bạn còn mở cho mình cơ hội dạy bé cách rửa tay sao cho sạch.

- Thấy con nghịch nước, hầu hết các bà mẹ la toáng lên: "Không được nghịch nước, ướt quần áo rồi lại ốm!". Sao bạn không nói: "Sau khi nghịch nước, mình sẽ thay quần áo khô vào vì mặc quần áo ướt lâu là bị ốm đấy!". Nghịch nước là trò chơi thú vị đối với trẻ từ 5 tháng trở lên, hãy cho bé nghịch nước hàng ngày.

- Rồi nào là không được chạy vì sợ ngã, không được sờ vào đồ ăn vì sợ bẩn... Tóm lại, hầu như các bé không được cho phép tự làm việc gì. Vậy thì làm sao ta hy vọng con lớn lên có đủ sự tự tin để có thể tự lập?

Khi con gái tròn 1 tuổi, tôi cùng con đi chọn mua một cái ba lô và cái vali bé tí xíu. Khi con được 14 tháng, mỗi khi chuẩn bị đi đâu, tôi đều dạy con tự soạn quần áo, tự đeo ba lô, kéo vali. Cả hai mẹ con cực kỳ tự hào về việc đó. Tôi cũng dạy con tự tắm gội, tự chải đầu, tự mặc quần áo bắt đầu từ giai đoạn này. Cũng xin nhắc, phải thật kiên trì, bạn không thể chờ đợi đứa trẻ 14 – 20 tháng làm được ngay việc gì đó chỉ sau 1 lần được dạy. Cái sự dạy đó có khi kéo dài hàng năm và bạn phải thực hiện điều đó với gương mặt luôn vui vẻ, tươi cười, với giọng nói dịu dàng thể hiện sự yêu thương.

Nhiều bà mẹ có thói quen hay bắt bẻ, rồi "sửa" con ở mọi lúc, mọi nơi. Con còn nói chưa rõ, cứ bắt con phải nói lại cho đúng. Nếu cứ như vậy, có thể chúng sẽ mất hết tự tin và "không thèm" nói nữa. Nếu con nói: "Con yêu mẹ", thay vì bắt con nhắc lại bạn hãy nói với con thật chính xác và chậm rãi: "Mẹ yêu con, mẹ yêu con lắm…" rồi ôm lấy chúng. Bằng cách đó, bạn dạy con được hai điều: phát âm từ "yêu" sao cho đúng và cách thể hiện tình yêu thương (khi yêu ai đó thì người ta thường ôm, hôn…).

Dạy con cách tự học ngay khi nhận ra con biết đọc vào lúc gần 4 tuổi. Do con đã có thói quen là cứ sau khi ăn tối thì ngồi vào bàn đọc sách ngay từ lúc ngồi vững, việc tự học không hề khó. Tôi mua sách lớp 1, lúc đầu thì cùng con đọc, hướng dẫn con cách làm bài, rồi cho con làm theo các ví dụ trong sách. Khi con hiểu rõ cách làm, tôi giao bài tập để con tự làm. Sau một thời gian, tôi nói con tự đọc hướng dẫn nếu con chưa hiểu, tôi giải thích cặn kẽ để con nắm vững kiến thức, sau đó làm bài. Dần dần, tôi chỉ cần lên lịch từng ngày cho các môn học, con tự sử dụng sách học và bài tập để học. Tôi luôn cố gắng gạt bỏ mọi sự căng thẳng và bực bội ra khỏi đầu trước khi bắt đầu dạy con học. Bây giờ, khi ngồi nhớ lại, chưa một lần nào tôi cáu hoặc nói to với con, vì con chưa hiểu bài lúc tôi giảng. Chưa bao giờ tôi mắng những lúc con thiếu tập trung. Trái lại, khi thấy con có vẻ thiếu tập trung, tôi lập tức chuyển ngay sang hoạt động khác mà con thích: bật nhạc lên để cùng con nhảy múa. Bạn đừng tưởng tượng trong 1 tiếng học đó, hai mẹ con tôi sẽ "còng lưng" làm bài. Một tiếng "học cùng con" của tôi diễn ra như sau: 2 – 3 phút đọc lý thuyết, sau đó bật nhạc nhảy vài phút, tiếp tục ngồi vào bàn làm bài tập mẫu vài phút, bật nhạc lên tập 1 bài hát mới một 1 chút, làm 1 – 2 bài tập, chơi 1 trò chơi gì đó, làm bài tiếp... Thời gian học và làm bài tăng dần lên theo độ tuổi. Khi con gái được 6 tuổi (trước ngày vào lớp 1), con đã có thể ngồi tự học quãng 40 – 50 phút liên tục (tức là bằng 1 tiết học tại trường). Vì vậy, khi bắt đầu vào lớp 1, cô giáo rất khen khả năng tập trung của con trong giờ học ở lớp.

Lại nói về sự kiên trì: Tôi ngồi cùng con mỗi tối ít nhất 1 tiếng đến khi con 13 - 14 tuổi, dù con đã biết tự học từ lúc gần 5 tuổi. Tuy là tự học nhưng trẻ dưới 14 uổi rất cần có người lớn ở xung quanh. Việc sau khi ăn tối, hai mẹ con lên phòng ngủ cùng học, cùng chơi diễn ra hàng ngày trong gần 9 năm đầu từ lúc tôi sinh con, rồi trong mỗi kỳ nghỉ khi con đã đi học nội trú tại Anh, cho đến khi con gái 15 tuổi. Cũng nhờ đọc từ sách, rồi biết, hiểu và kiên trì luyện cho con ngay từ ngày còn trứng nước, tôi không hề gặp khó khăn gì trong mỗi bước thực hiện. Do vậy, kết luận tôi tự rút ra là:

Bố mẹ hãy đọc, hiểu để thực hiện việc nuôi dạy con một cách khoa học. Nếu bạn bắt đầu đúng cách và đúng lúc, mọi việc sẽ dễ dàng hơn nhiều. Nhưng cũng nên hiểu: không bao giờ là muộn hay "muộn còn hơn không". Những nguyên tắc "bất di bất dịch" là tôn trọng con, kiên trì, vui vẻ, kiên quyết nhưng không thể hiện sự kiểm soát mà khuyến khích và luôn thể hiện tình yêu thương. Hãy nói và hành động để cho con hiểu: cuộc đời con sau này ra sao sẽ bắt đầu từ thời điểm hiện tại; dù yêu thương đến bao nhiêu chăng nữa, bố mẹ không thể sống hộ cho cuộc đời của con. Vì vậy, những việc bố mẹ dạy con làm hôm nay là vì quyền lợi của chính con trong tương lai. Tôi hay nói đùa với bạn bè: "Sao không nhẹ nhàng chuyển giao trách nhiệm và quyền lực kiểm soát con lên chính vai chúng? Sao cứ vơ vào, làm hộ mọi việc rồi than vãn om sòm là 'sao cái thân tôi khổ, nó vô trách nhiệm, nó lười…' Sao cứ muốn kiểm soát cuộc đời con dưới danh nghĩa tình phụ tử mẫu tử bao la?". Có phải, đó chính là sự ích kỷ, luôn làm những việc bản thân muốn và cho là đúng chứ không hề thực sự vì quyền lợi của đứa con mà mình nghĩ là mình yêu thương và phải "bảo bọc"?

Từng bước tập cho con suy nghĩ logic về nguyên nhân và hậu quả theo trình tự của sự việc rồi đưa ra các phương án khác nhau cùng với tiêu chí về mục đích, chất lượng, cái lợi và cái hại của từng phương án… trước khi giải quyết bất cứ vấn đề gì. Hãy cố gắng nói một cách đơn giản và dễ hiểu nhất với các ví dụ phù hợp lứa tuổi con. Hãy phân tích cho con để có sự lựa chọn hợp lý đối với những việc xảy ra trong cuộc sống, tránh kiểu suy nghĩ một chiều hoặc suy nghĩ a dua theo đám đông. Ví dụ, trước khi đưa con đi chơi, tôi đều nói rõ, hôm nay đi đâu, phải đi bộ bao nhiêu cây số (bao nhiêu thời gian…), thời tiết nóng hay lạnh. Tôi cũng nêu ra các giả thiết về những trục trặc có thể xảy ra, hướng giải quyết, rồi cho con các phương án lựa chọn (con muốn đi chơi cùng mẹ hay ở nhà) và cái hay (dở) của cả hai phương án. Cứ dần dần như vậy, tôi tập cho con cách suy nghĩ đa chiều, chấp nhận sự khác biệt và luôn mở rộng trí óc để nghe các ý kiến khác nhau.

Để kết thúc bài viết, tôi xin kể lại hai sự việc quan trọng trong cuộc đời do con gái tôi tự quyết định vào lúc 3 tuổi 1 tháng và 8 tuổi 10 tháng.

Con gái tôi bắt đầu đi học mẫu giáo tại trường Fundino ở đường Nguyễn Gia Thiều vào đầu tháng 5 năm 1999 (lúc cháu tròn 17 tháng). Trường này là tiền thân của BIS (trường Quốc tế Anh) sau này. Ngay từ đầu, con đã có vẻ không thích trường này mặc dù mẹ thì thích mê. Cũng như các ông bố bà mẹ bây giờ, tôi chọn theo ý thích của mình, nghĩa là trường có vẻ hoành tráng, đông học sinh, lúc nào cũng vui nhộn, ồn ào, náo nhiệt, với sân chơi rực rỡ… Vì sao con không thích là điều tôi thắc mắc mà không thể giải đáp. Vào lúc đó, cũng không có nhiều lựa chọn như bây giờ, nên con vẫn học ở đó, cho đến một ngày tôi tìm ra một khu vui chơi cho trẻ con rất đẹp ở đường Hoàng Văn Thụ. Cả khu vui chơi chỉ có tôi và con. Trong khi con đang trèo lên trèo xuống tại mấy bậc thang, tôi dạo quanh tòa nhà và phát hiện ra mấy lớp mẫu giáo. Tôi gọi con: "Con ơi, ở đây có một trường mẫu giáo quốc tế này". Con chạy đến và đòi vào xem. Vì là ngày thứ Bảy, các lớp học đều khóa cửa. Con đứng đó, tuyên bố rất rõ ràng: "Từ ngày mai, mẹ cho con đi học trường này, con không thích học trường Fundino nữa". Tôi thật sự bị bất ngờ nên hoảng hốt: "Không được con ạ, mình đã biết trường này thế nào đâu. Với lại, mẹ nộp tiền ở trường Fundino hết quý này rồi". Con gái lắc đầu quầy quậy: "Không, con không thích học trường đó nữa, con sẽ học ở trường này". Vậy là từ đó cho đến hết ngày Chủ nhật, con nằng nặc thuyết phục mẹ cho đến học trường mới từ sáng thứ Hai, kệ

mẹ muốn giải thích gì cũng lắc đầu. Bí quá, tôi phải hứa: "Thôi được, sáng thứ Hai, mẹ sẽ cho con đến trường đó để thăm, gặp các thầy cô giáo và hỏi xem họ có nhận con không". Chỉ đến lúc đó, con mới để cho mẹ yên. Sáng thứ Hai, vừa mở mắt, con đã nói: "Hôm nay con đi học trường mới". Tôi rối hết cả ruột, đành phải đưa con đến trường đó (sau mới biết chính là chi nhánh của trường mẫu giáo Kindergarten đóng tại khu nhà Somerset đường Nguyễn Thị Minh Khai). Cô giáo nói chuyện, con trả lời rất vui vẻ rồi kết luận một câu xanh rờn: "I like to start here today". Thế là mẹ cắn răng móc ví trả tiền học (may là chỉ bị mất 1 tháng học phí trường bên kia) rồi năn nỉ nàng cùng mẹ về trường cũ chào cô giáo và bạn bè. Chỉ sau đó vài tháng, tôi mới thật sự nhận ra lựa chọn của con gái là đúng. Con học ở Kindergarten cho đến 6 tuổi thì vào lớp 1. Cho đến tận hôm nay, tôi vẫn băn khoăn tự hỏi tại sao con lại quyết định chuyển trường, linh cảm nào nói với con rằng ngôi trường con chỉ mới chợt đến lại hợp với con hơn là nơi đã học tới gần 2 năm với cô giáo và bạn bè quen thuộc?

Tháng 7 năm 2005, con xin được đi dự trại hè tại Anh. Sau 3 tuần sống một mình cùng với bạn bè từ khắp nơi, gặp lại mẹ, con nói một cách nghiêm túc: "Con suy nghĩ kỹ rồi mẹ ạ, mẹ cho con sang Anh học trường nội trú từ năm sau nhé". Tôi chết đứng, không còn hiểu ra sao nữa. Biết mẹ bị bất ngờ, con giải thích đơn giản: "Trường bên này cái gì cũng tốt hơn mẹ ạ". Thế rồi liền mấy tháng, hầu như ngày nào câu chuyện cũng được con nhắc lại và tôi đành phải cùng con lên mạng tìm trường, lòng thầm mong đừng có trường nào nhận một cô bé chưa đến 9 tuổi học nội trú. Vậy rồi vẫn có. Đến tháng 2 năm 2006, hai mẹ con bay sang Anh để trường phỏng vấn. Tháng 9 năm 2006, con xa nhà đi học nội trú khi còn chưa tròn 9 tuổi.

Vậy đấy, tôi nghĩ mình đã thành công khi dạy con về sự lựa chọn cũng như trách nhiệm với bản thân từ lứa tuổi còn rất nhỏ. Con đã dám tự tin để có lựa chọn cho bản thân, lại còn thuyết phục mẹ để được hành động theo lựa chọn của mình.

Và cũng từ đó đến giờ, tôi chưa hề phải ra bất cứ quyết định nào hộ con trên bước đường học vấn. Nhiều lúc, tôi cảm thấy mình hơi "vô dụng" nên khi con hỏi hoặc nhờ góp ý điều gì, tôi mừng đúng nghĩa của câu "bắt được của".

TỪ 6 ĐẾN 10 TUỔI (NHỮNG NĂM CẤP 1)

6 tuổi, con vào Lớp 1. Có thể nói đây là thời điểm quan trọng nhất của con cái bởi đó là thời điểm bắt đầu của mười mấy năm dài đằng đẵng thời đi học, sau đó là cả cuộc đời làm việc của một con người. Nếu bố mẹ chuẩn bị tốt cho "sự bắt đầu" này, những giai đoạn sau của con sẽ dễ dàng hơn.

Điều rất quan trọng với một đứa trẻ là làm sao cho chúng càng tự tin càng tốt trong năm đầu đi học và không ai có thể chuẩn bị cho con tốt hơn bố mẹ. Bạn hãy nghĩ mà xem: không có nhiều phụ huynh dành 30 phút mỗi ngày đọc và học cùng con, chúng ta có xu hướng khoán trắng cho nhà trường, cho một cô giáo với vài chục học sinh trong một lớp, rồi lên án, chê bai khi con mình mãi không thể đọc thông viết thạo.

Tôi không hiểu quan điểm về việc không được dạy chữ sớm cho trẻ. Cái cần cấm là không được nhồi nhét và bắt ép trẻ học một cách phản khoa học, mà hậu quả là làm trẻ sợ và chán

học. Còn phương pháp "học mà chơi", biến việc học thành sự thích thú của trẻ thì RẤT cần phải được khuyến khích.

Vì vậy, việc chuẩn bị cho con bước vào Lớp 1 phải được bố mẹ thực hiện càng sớm càng tốt để khi đến trường, trẻ đã có đủ những kỹ năng và một lượng kiến thức cần thiết, giúp chúng tiếp thu bài và giao tiếp với thầy cô giáo, bạn bè một cách tự tin. Chúng cũng phải đủ tự lập để lo cho bản thân trong suốt 8 – 10 giờ/ngày ở trường.

Bạn sẽ vẫn phải tiếp tục 30 – 60 phút mỗi ngày để "cùng học và cùng chơi" với con. Sau mỗi ngày học, bạn cùng con dò lại từng môn học của con ngày hôm đó, ngồi bên giúp con làm bài tập. Bạn phải hiểu sự có mặt của bạn bên cạnh trẻ để "cùng học" là điều quan trọng nhất giúp trẻ định hình thói quen học tập. Không thể hy vọng là ông bà, bố mẹ được thoải mái xem TV hoặc chat với bạn bè và để trẻ một mình ngồi học. Thay vì cứ nói ra rả học đi con, làm bài đi con..., bạn hãy dẹp tất cả mọi việc khác lại, cùng con ngồi vào bàn. Nếu con tự làm bài được, bạn cũng phải ngồi đó mà đọc sách. Nhu cầu cao nhất của trẻ thơ là được ở bên bố mẹ, được cảm thấy sự có mặt, sự quan tâm, tình yêu thương không giới hạn của bố mẹ, trong mọi việc.

Hãy nhớ rằng, bạn sẽ không có nhiều thời gian để được "học và chơi" cùng con đâu – tối đa là 12 năm đầu của cuộc đời. Trong giai đoạn sau, khi chúng bước vào tuổi teen, dù bạn có muốn, con cái sẽ tìm cách từ chối, đặc biệt là chúng sẽ từ chối rất "thẳng thừng" nếu bạn không tạo được nền tảng của việc "cùng chơi và học" khi con còn bé.

Hãy dạy cho trẻ cách lập kế hoạch làm việc ở nhà:

1. Liệt kê thời gian ở nhà hàng ngày của con

2. Bàn với con về những việc con phải làm, cần làm và thích làm rồi đưa vào lịch.

3. Bằng cách như vậy, bạn giúp con lập thời khóa biểu ở nhà cho mọi hoạt động của từng ngày trong tuần. Bạn cũng nên lập một cái tương tự cho mình, trong đó có những hoạt động chung với con (phải trùng lịch của con).

4. Cái khó nhất là kiểm soát việc thực hiện lịch của cả nhà. Nếu bạn lập lịch và "bỏ xó" không thực hiện, con cũng sẽ như vậy. Khi con không thực hiện lịch, thay vì nổi nóng mắng con, bạn hãy bình tĩnh cùng con rà soát lại xem lịch đã hợp lý chưa, có gì cần thay đổi cho phù hợp hơn. Hãy dùng các biện pháp nhẹ nhàng nhưng cương quyết để yêu cầu con thực hiện lịch nếu con đã hợp tác cùng bạn lập lịch đó.

Tôi "học và chơi" cùng con gái từ những ngày đầu tiên sau khi sinh con. Và tôi ngồi với con mỗi tối ít nhất 1 tiếng từ khi con được 5 tháng tuổi (bắt đầu ngồi vững) cho đến lúc con sang Anh học nội trú lúc gần 9 tuổi. Mỗi dịp con về nghỉ, tôi thường cùng con ngồi học trước chương trình của những năm học sau. Sau tuổi 12, con nói với tôi: "Thôi, mẹ không cần ngồi với con nữa đâu. Con tự học được". Và cứ vậy, kiên trì, bền bỉ, con gái tôi giữ nếp đem sách ra học trước cho đến tận bây giờ. Trong những ngày nghỉ này, hễ không đi chơi hoặc tắm biển, con lại đem sách toán ra làm. Tôi cũng quên bẵng đi là mình đã cùng con làm vậy mười mấy

năm trời. Cho đến hôm qua, khi tôi hỏi: “Sao con học gì mà lắm thế?” thì con cười trả lời: “Rảnh thì con làm trước toàn bộ bài tập toán của kỳ tới để lúc về trường, con có nhiều thời gian tham gia các hoạt động khác”. Hóa ra việc đó đã thành thói quen ăn sâu vào “máu” của con rồi.

Và quả thực cách học đó cực kỳ hiệu quả, giúp con có kiến thức rất vững chứ không chỉ học để đối phó. Tôi tự hào vì con và cũng tự hào vì mình đã kiên trì trong mười mấy năm để định hình được cho con những thói quen tốt.

Tôi vẫn luôn nói với con rằng: “Mẹ không quan tâm con vào trường nào, thứ hạng bao nhiêu trong bảng xếp hạng. Nhưng mẹ quan tâm là con luôn có trách nhiệm với những việc mình làm. Mẹ không cần con có nhiều tiền mà chỉ mong cho con luôn khỏe mạnh, vui vẻ và hạnh phúc”.

Với điểm GCSE[3] thi tại Anh năm lớp 11 là A* toàn bộ 10 môn, SAT[4] 1 là 2320/2400, tổng 3 môn SAT 2 cũng là 2320/2400, điểm trung bình sau khi nhận hồ sơ là khoảng 4.5/5, kết quả của con gái thật đáng làm hai mẹ con tự hào.

GIAI ĐOẠN TỪ 10 – 13 TUỔI

Nếu bố mẹ không được chuẩn bị trước về tâm lý, sẽ đến một ngày, họ chợt “choáng” khi nhận ra đứa con bé bỏng của mình, mới vài tháng trước đây, còn ngoan ngoãn nghe lời hoặc bám bố mẹ suốt ngày, thì nay chỉ tìm cách được tách ra, hí hoáy một mình bên cái máy tính hoặc điện thoại. Hình như nó quên hẳn bố mẹ, chỉ chăm chăm “tám” với bạn bè. Trong con mắt của ta, nó trở nên ích kỷ, cả nhà đi chơi, nó đột nhiên từ chối vì đã có hẹn với bạn. Trước đấy, nó yêu thương chăm sóc em thì đột nhiên dạo này cứ em sán đến là đuổi ngay đi, làm em mếu máo mách mẹ. Rồi còn biết bao hiện tượng khác nữa mà các bà mẹ cứ “hối hả” kể với tôi qua điện thoại hoặc trong những lần gặp nhau.

Vậy, ta cần hiểu rõ điều gì xảy ra khi đứa trẻ bắt đầu bước vào tuổi dậy thì. Những yếu tố chủ quan và khách quan nào tác động vào đứa trẻ khi chúng “thập thò ở ngưỡng cửa” tuổi teen?

Bước vào tuổi teen, nhu cầu cao nhất của đứa trẻ là nhu cầu hướng tới sự tự lập và nhu cầu được chấp nhận như một cá nhân riêng rẽ.

Hồi bước vào tuổi teen, tôi cũng nghĩ ra đủ trò tinh quái, nghịch ngợm dại dột, chỉ để muốn chứng tỏ mình đã đủ lớn, đủ khôn, có thể tự lập. Hồi đó, chưa có mạng, chưa tồn tại internet, nên những việc dại dột của thế hệ tôi chưa lan nhanh với tốc độ chóng mặt. Bây giờ, chỉ một cái nhấp chuột, con cái ta biết ngay là các bạn cùng lứa tuổi đang sống ra sao, suy nghĩ thế nào, ở tận đẩu tận đâu bên nước Anh, nước Mỹ hoặc còn xa hơn. Những cách chúng thể hiện sự độc lập và chứng tỏ cá nhân cũng thay đổi nhiều trong vài chục năm nay. Thời trước, ta chỉ lang thang đàn đúm với bạn bè ngoài đường đã bị coi là hư hỏng; thời nay, con cái ta có biết bao cơ hội dàn ra trước mắt: nào nhạc, đàn, nhảy, mốt quần áo, ngôn ngữ và các mối quan hệ với người cùng giới và khác giới.

Đây là giai đoạn cơ thể trẻ có những thay đổi rất cơ bản về cả tâm lý và sinh lý, dưới ảnh hưởng của thay đổi hormone. Bước vào lứa tuổi này, trẻ bắt đầu để ý đến ngoại hình, trăn trở với rất nhiều câu hỏi. Còn nhớ, khi 12 – 13 tuổi, con gái cứ thường xuyên hỏi tôi: "Con có lùn không mẹ? Làm sao con chữa khỏi mụn được mẹ ơi…?" Hãy hiểu tâm lý trẻ và cố gắng giúp trẻ cảm thấy tự tin với ngoại hình của chúng. Thường thì tôi kéo con ra trước gương, chỉ vào từng nét trên khuôn mặt con và nói rõ với con: "Con sẽ trở thành cô gái xinh đẹp khi con 17 - 18 tuổi. Con hãy ngắm đôi mắt, cái mũi, cái mồm của con này, nó sẽ hoàn chỉnh khi con bước vào tuổi 18…" Tôi cũng hay nói chuyện với con về tác dụng của nụ cười, về sự khác nhau giữa một cô gái duyên dáng và một cô gái đẹp… Cũng lưu ý rằng, sự chú ý của bạn bè khác giới đặt một sức nặng tâm lý khá cao lên mỗi đứa trẻ, cả con trai và con gái. Vì vậy, tốt nhất, bố mẹ hãy là người bạn đầu tiên để nghe con tâm sự về những việc như: con có thích bạn nào khác giới không, bạn nào thích con, sao bạn đó lại thích bạn kia mà bạn đó không thích con…? Hãy giải thích để giúp con "cởi bỏ" tâm lý tự ti hoặc ghen tức với bạn bè, thậm chí với cả bạn thân, chỉ vì có ai đó khác giới mà con thích, nhưng lại tỏ ra thích bạn thân của con. Bốn năm trước, tôi hay nói đùa với con: "Cuối cùng thì con chỉ cần một đứa con trai thích con thôi mà!". Các ông bố bà mẹ nên hiểu rằng với lứa tuổi teen, việc để ý đến bạn khác giới là điều rất bình thường, đúng với sự phát triển tâm lý của trẻ. Tôi đã rất lo lắng, thậm chí khổ sở vì con học trường nội trú nữ, không có điều kiện tiếp xúc với bạn khác giới. Cho đến năm 2012, khi chúng tôi mời gia đình người bạn cùng đi chơi, điều tôi không ngờ là con trai anh bạn lại thích con gái tôi. Khi tôi hỏi, con gái trả lời rất chững chạc: "Anh ấy rất tốt và rất thích con. Nhưng con không thích anh ấy. Con đã nói rõ với anh ấy bọn con chỉ là bạn". Oách chưa? Tuy vậy, việc lần đầu có một người con trai thực sự mến mình cũng làm cho con gái tôi tự tin hơn rất nhiều về mọi mặt. Vì vậy đừng ngăn cấm, hãy hiểu và ủng hộ nếu con có "rung động" với bạn khác giới. Chúng ta nên hiểu rằng, phải cho con mình cơ hội "tập" rung động, tập phân biệt các cảm xúc khác nhau nếu muốn khi vào đời con bạn không ngờ nghệch. Chắc không ông bố bà mẹ nào muốn khi con vào đời, nghe bất cứ ai tán tỉnh đều tưởng đó là tình yêu đích thực chứ? Cho đến bây giờ, mỗi khi gặp nhau, hai mẹ con lại hay "rúc rích" về việc có anh nào thích con không.

Cũng trong thời gian này, trí tuệ đứa trẻ cũng bước vào giai đoạn phát triển vượt bậc. Trẻ bắt đầu có ý thức rõ ràng về các khái niệm như đạo đức, sự trung thực, sự công bằng. Chúng cũng dần phát triển cách suy nghĩ và đánh giá sự việc một cách độc lập, thoát ra khỏi những suy nghĩ của bố mẹ. Vậy thì, muốn đi vào tâm hồn con, bố mẹ hãy "tập nói" đúng với giọng của con khi con nói chuyện với bạn bè. Tôi rất hay "nghe lỏm" một cách khéo léo khi con nói chuyện với bạn. Nhưng lưu ý nhé: không được để con biết. Teen rất "đa nghi", cũng đúng thôi vì hầu hết bố mẹ Việt hay "rình mò" để "sửa lưng, mắng mỏ, dạy đạo đức" cho con, chứ không phải để hiểu và trở thành bạn của con.

Cũng ở độ tuổi này con bạn bắt đầu biết suy nghĩ theo kiểu "nguyên nhân và hậu quả", tìm lý do thực sự của những việc xảy ra xung quanh. Hãy tận dụng "cơ hội vàng" này để thảo luận, thậm chí tranh luận với con về những gì con quan tâm nhưng tuyệt đối không được có thái độ "áp đặt". Chỉ cần một lần bạn tỏ thái độ áp đặt là có thể đánh mất lòng tin của con rồi. Không bao giờ được tận dụng những buổi nói chuyện với con để "giảng giải về đạo đức" theo kiểu giáo điều mà chỉ nên nêu quan điểm cá nhân, giải thích lý do định hình quan điểm và

lắng nghe quan điểm của con. Bạn sẽ học được vô khối điều qua những cuộc trò chuyện này. Tình cảm với con cũng sẽ được vun đắp và gắn bó dần qua từng câu chuyện.

Teen cũng bắt đầu suy nghĩ nghiêm túc về đạo đức và các giá trị khác nhau trong cuộc sống. Chúng bắt đầu quan tâm đến niềm tin, tôn giáo. Khi trẻ hỏi, bố mẹ hãy trả lời một cách nghiêm túc và trung thực suy nghĩ của mình về vấn đề đó, nhưng đừng tìm cách gây ảnh hưởng "ngay lập tức". Hãy nói với trẻ nguyên nhân tạo nên những quan điểm của bạn, những thay đổi về quan điểm diễn ra theo thời gian…Con bạn có thể có quan điểm khác hẳn bố mẹ, điều đó không sao cả. Cái chính là qua câu chuyện, bạn sẽ dạy được con biết cách phân tích để xây dựng quan điểm cá nhân, phân biệt đúng – sai, phải – trái trong hành động và có đủ tri thức để không bị ảnh hưởng các tư tưởng xấu sau này.

Cũng vào lứa tuổi này, trẻ bắt đầu có suy nghĩ về tình dục (sex) và các mối quan hệ yêu đương, hôn nhân và gia đình. Tôi đã viết cụ thể hơn về vấn đề này ở phần trước.

Cũng ở giai đoạn này, con cái bạn bắt đầu suy nghĩ và lo lắng tới tương lai. Bố mẹ hãy tỉnh táo, đừng gây sức ép quá nhiều lên trẻ theo kiểu như phải học thật nhiều để vào được đại học. Hầu hết các bậc bố mẹ ở Việt Nam đều nghĩ con mình rất không có trách nhiệm với bản thân, không thật cố gắng nên cứ thúc ép liên tục. Hãy ngừng ngay cách giáo dục đó lại, nên nói chuyện để hiểu khả năng, nguyện vọng của con và cùng con lập kế hoạch thực hiện ước mơ. Hãy đặt trách nhiệm tương lai của con lên chính đôi vai chúng chứ bố mẹ đừng gánh hộ. Ví dụ, nếu con có khả năng về mỹ thuật và có nguyện vọng đi theo hướng đó, hãy cùng con khám phá các con đường khác nhau về mỹ thuật: kiến trúc, hội họa, mỹ thuật… Sau đó, giúp con lập kế hoạch ngắn, trung và dài hạn để thực hiện ước mơ. Cũng nên nhớ là ước mơ của lứa tuổi này "thay đổi xoành xoạch" nên cũng đừng mắng con nếu một ngày nào đó, con tuyên bố: "Con không thích nghệ thuật nữa mà muốn học hóa cơ". Vậy hãy lập kế hoạch về con đường phát triển mới thay vì quy cho con cái tội "hay thay đổi, không quyết tâm". Con bạn đang tự khám phá khả năng bản thân đấy! Hãy cùng con khám phá đi, cả bạn và con sẽ học được cực kỳ nhiều điều mới lạ.

TUỔI TEEN 13 – 17 TUỔI

Nếu không có sự chuẩn bị tâm lý của chính bố mẹ từ giai đoạn con cái "thập thò" tuổi teen (tức ở lứa tuổi 10 đến 12, 13 tuổi), nếu bạn vẫn cứ nuôi dạy con theo cách ép buộc, đè nén, con bạn có thể bị vấn đề tâm lý nặng nề, mà hậu quả xuất hiện thường vào giai đoạn 15 – 17 tuổi.

Cách nuôi dạy truyền thống kiểu phong kiến của rất nhiều gia đình hiện nay thường dẫn đến những tác hại lâu dài, mà phổ biến nhất là hai hậu quả:

- Trẻ trở nên lỳ lợm, bất cần. Chúng có thể nghe lời hoặc đi theo bất cứ ai tỏ ra thông cảm với chúng, tôn trọng ý muốn tự lập và nhu cầu chứng tỏ cái tôi của bản thân trẻ. Những trẻ bị theo hướng này có thể bỏ nhà ra đi, có thể "phớt lờ" mọi yêu cầu của bố mẹ, sao nhãng học hành. Tệ hơn, chúng có thể cờ bạc, hút xách… Chúng không còn thấy hứng thú với việc có bố mẹ hoặc người thân ở xung quanh. Chúng

nhìn vào bố mẹ như những người vụ lợi, chỉ muốn bắt ép chúng sống theo cách họ muốn để rồi sau này trở lại phục vụ cho bố mẹ. Tôi đã từng nghe một đứa trẻ tuổi 17 tâm sự: "Chẳng qua bố mẹ cháu thích làm tình rồi đẻ ra cháu. Đã đẻ ra thì phải nuôi, lớn lên lại bắt bọn cháu hầu hạ lại". Bạn nghĩ sao nếu phải nghe những câu nói tương tự được thốt ra từ những cô bé, cậu bé tuổi sắp bước vào đời? Chúng rất dễ bị dụ dỗ để đi theo những kẻ xấu mà khi bố mẹ phát hiện ra thì đã muộn.

Trẻ trở nên trì độn, mụ mẫm, thường xuyên hoảng hốt. Chúng mất dần khả năng suy nghĩ một cách logic với những hiện tượng xảy ra trong cuộc sống. Bạn có thể thấy chúng vẫn vùi đầu vào sách vở nhưng thực ra, chúng không thể tập trung để hoàn thành các bài vở cần thiết. Thường các trẻ dạng này sống hoàn toàn thu mình, ít bạn bè và rất mặc cảm. Nếu bố mẹ không nhận ra những hiện tượng này một cách nhanh chóng, trẻ có thể phát bệnh tự kỷ, tâm thần ở lứa tuổi 15 – 17. Thậm chí, chúng có thể tự tử vì thấy cuộc sống quá vô nghĩa, không hề có niềm vui được là "bản thân mình". Điều này cũng lý giải lý do tại sao gần đây, có nhiều học sinh lứa tuổi 15 – 17 tự tử hoặc bị trầm cảm. Lỗi hoàn toàn do cách giáo dục của bố mẹ nên xin đừng quy lỗi cho con kẻo oan cho trẻ.

Vậy bố mẹ phải làm gì? Hãy thực hiện những điều sau đây và bạn sẽ thấy kết quả hoàn toàn khác:

- Hãy hiểu mong ước của con: Chúng mong ước điều gì? Điều quan trọng nhất mà mọi đứa trẻ đều mong chờ (và chắc ai cũng vậy) là tình yêu thương của bố mẹ. Bạn sẽ nói bố mẹ nào mà chẳng yêu thương con, chúng phải biết điều đó chứ! Nhưng bạn có yêu thương con vì chính bản thân chúng, vì sự ra đời của chúng đã là món quà quý của Thượng đế ban tặng cho chúng ta hay không? Bạn có yêu thương con một cách không vụ lợi, không tính toán là chúng sẽ làm gì, thành đạt hay không trong tương lai, sẽ giúp được gì cho bạn khi về già, có làm gì để bạn được tự hào, được "mở mày mở mặt" với người khác? Các bạn hãy suy nghĩ THẬT KỸ và trả lời với chính bản thân mình một cách trung thực nhất. Nếu câu trả lời vẫn còn mập mờ, bạn chưa thể đáp ứng mong ước sâu xa và cháy bỏng nhất của con: ĐƯỢC DUY NHẤT LÀ BẢN THÂN MÌNH. Vậy thì hãy tập yêu thương con một cách lành mạnh, cái cách mà loài động vật vẫn làm: đáp ứng yêu cầu cơ bản, dạy chúng những kỹ năng cần thiết (vật chất và tinh thần) và sẵn sàng cho con bay nhảy khi đã đủ lông đủ cánh! Bất cứ đứa trẻ nào cũng mong ước có được mối quan hệ tốt đẹp và lành mạnh với bố mẹ mình nhưng sự bắt đầu phải là từ bố mẹ.

- Khi con bạn có niềm tin là bố mẹ "thật sự yêu và hiểu chúng", chúng sẽ có thêm can đảm, nghị lực và niềm tin để vượt qua sự cám dỗ của cái xấu. Kể cả khi con đã rơi vào vòng xoáy của cái xấu, chính tình yêu thương THẬT SỰ của bố mẹ mới có thể giúp chúng vượt lên để làm lại cuộc đời.

- Con cái bao giờ cũng cần và mong ước sự có mặt của bố mẹ dù chúng có nói ra điều đó hay không. Vì vậy việc dành thời gian "có hiệu quả" cho con là cực kỳ quan trọng, không chỉ khi chúng còn nhỏ. Trẻ ở tuổi teen rất cần bố mẹ nếu ta biết cách tạo không khí an toàn, thân mật, yêu thương khi con ở bên. Còn nếu ở cạnh bố mẹ

mà trẻ phải nghe quát mắng, lời cằn nhằn than thở hoặc các lời dạy đạo đức sáo rỗng, chúng sẽ dần dần lánh xa bố mẹ. Hãy trò chuyện với con về những điều chúng quan tâm, chứ không phải điều bạn quan tâm. Dần dần, con bạn sẽ học được cách trò chuyện với bạn về những điều bạn quan tâm khi chúng đã hiểu hơn về mối quan hệ hai chiều, đem niềm vui đến cho cả bố mẹ và cho chúng. Lưu ý, để con tin và kể với bạn những bí mật của chúng, bạn phải tuân thủ các nguyên tắc: không cắt ngang khi con đang nói và không "khuyên nhủ" khi con chưa yêu cầu. Hãy để chúng giãi bày, tâm sự với bạn; bao giờ chúng tin là bạn hoàn toàn hiểu và tôn trọng, không tìm cách "tác động" lên chúng, con sẽ cho bạn cơ hội được đưa ra lời khuyên.

- Một đặc điểm không kém quan trọng khác là trẻ tuổi teen luôn có mong ước được bố mẹ chấp nhận chúng như là một thực thể đặc biệt, không cần sự sao chép. Cũng vì lý do này, điều phản tác dụng nhất mà các ông bố bà mẹ Việt Nam hay làm với con là so sánh. Nào là với con nhà hàng xóm, với bạn bè cùng lớp hoặc khác lớp, với con nhà ông bạn, thậm chí so con với chính anh chị em của chúng. NGỪNG NGAY VIỆC SO SÁNH nếu bạn không muốn con bạn hoặc mất hết tự tin, hoặc căm thù cái đứa trẻ đang được đem ra làm khuôn mẫu. Hãy chấp nhận con với những điểm yếu và mạnh của chính chúng. Nên nhớ rằng, chấp nhận con nhưng phải cố gắng thay đổi những thói quen chưa tốt hoặc xấu của con, hai phạm trù đó hoàn toàn khác nhau. Hãy nói: "Hôm nay mẹ không vừa lòng khi con đánh bạn. Con là cậu bé ngoan, mẹ yêu con. Nhưng hành động đánh bạn là xấu, con không được lặp lại nữa", thay vì nói: "Con hư lắm, sao lại đánh bạn? Nếu con đánh bạn, mẹ không yêu con nữa". Bằng cách nói trước, bạn cho con thấy bạn chấp nhận và luôn yêu con, chỉ yêu cầu chúng không được có hành động xấu, cụ thể ở đây là đánh bạn. Cách nói sau sẽ làm đứa trẻ hiểu rằng: nếu chúng có hành động gì xấu, bố mẹ không yêu chúng nữa, hay nói cách khác, bạn không chấp nhận và yêu chúng như một thực thể mà chỉ yêu khi con không làm việc gì xấu.

- Không bao giờ đánh con là nguyên tắc nằm lòng của tôi. Hãy tạo một môi trường gia đình mà ở đó, con bạn CẢM NHẬN MỘT CÁCH RÕ RÀNG là chúng được yêu thương, được động viên khuyến khích, được hiểu và được an toàn, được sống trong môi trường luôn có cách suy nghĩ và hành động tích cực, đặc biệt là về mặt tinh thần.

- Đứa trẻ (do bố mẹ vô tình hay cố ý) không cảm nhận được tình yêu thương, sẽ trở thành một con người có tâm hồn trống rỗng. Chúng sẽ trở nên thiếu nhạy cảm, thậm chí độc ác, chỉ vì không ai dạy chúng cách yêu thương. Chúng sẽ trở nên trơ lỳ với những cảm giác về tình cảm và không thể hiểu được tại sao làm đau người khác lại là xấu. Chỉ có bố mẹ dạy được con trở thành con người có tâm hồn, nhạy cảm, biết đau nỗi đau của người khác, biết chia sẻ, biết xúc động… Bố mẹ nên bắt đầu càng sớm càng tốt, phải tiếp tục làm cho đến khi con bước qua tuổi teen để vào đời. Hãy thôi đổ mọi sự cho Bộ Giáo dục và đừng quá mong chờ "phép thần" của cải cách giáo dục". Hãy làm ngay những gì bố mẹ cần phải làm, tự tiến hành cải cách trong gia đình (dù rất khó đấy), NGAY LẬP TỨC.

- Ngoài tình yêu thương của bố mẹ, anh chị em trong gia đình, đứa trẻ còn cần lắm sự yêu thương và thông cảm của hàng xóm láng giềng, bạn bè của bố mẹ. Toàn bộ các mối quan hệ đó sẽ giúp cho teen phát triển lành mạnh. Từ khi con gái ra đời, rồi sau này, khi con đã đi học xa, mỗi dịp con về, tôi đều cố gắng tổ chức cho con được gần gũi, gặp gỡ với những ai hiểu và yêu thương con thật lòng. Có một nguyên tắc sống mà tôi luôn tuân theo: nếu mình tốt với đời, đời sẽ trả lại cho con cái mình những điều tốt đẹp và cái sự "trả" đó có thể ngay lập tức. Luật nhân quả hiện hữu ở mọi góc cạnh trong cuộc sống, các bạn có tin không?

Tôi đọc một cuốn sách có tên "The 5 Love Languages of Teenagers" của tác giả Gary Chapman, một trong những tác giả có nhiều quyển sách nổi tiếng về giáo dục con cái (ông cũng là một trong những tác giả có tên trong danh sách có sách bán chạy nhất của *New York Times*). Trong cuốn sách trên, ông phân tích sự khác nhau của trẻ tuổi teen. Ông phân loại 5 nhóm trẻ với các thể hiện thái độ đối với bố mẹ khác nhau (5 Love Languages), nêu rõ các đặc điểm cá tính, cách nhận biết và hướng dẫn để bố mẹ giúp trẻ phát triển lành mạnh, toàn diện và trở thành những người trưởng thành hạnh phúc. Năm nhóm đó là:

1. Nhóm trẻ thích nghe những lời nói động viên, khẳng định sự tin tưởng – Word of Affirmation

2. Nhóm trẻ thích được yêu thương thông qua tiếp xúc cơ thể – Physical Touch

3. Nhóm trẻ cần thời gian có chất lượng bên cạnh bố mẹ – Quality Time

4. Nhóm trẻ cần bố mẹ thể hiện yêu thương thông qua việc làm cụ thể – Acts of Service

5. Nhóm cần được bố mẹ thể hiện sự yêu thương bằng các món quà – Gifts.

Nói thật là lúc đầu (cách đây hơn 1 năm), khi đọc quyển sách này, tôi hơi ngờ ngợ về quan điểm. Nhưng tôi đã đọc đi đọc lại, rồi so sánh với thực tế của Việt Nam, đem các trường hợp về nuôi dạy con mình đã biết để "vận" vào 5 đối tượng (cả người lớn và trẻ con). Phải sau hơn 6 tháng mò mẫm, suy nghĩ và phân tích, tôi mới "gật gù đắc ý" là cách tiếp cận vấn đề của tác giả hay thật. Ông có một loạt sách về giáo dục và quan hệ gia đình, được đặt tên tương tự – đều là 5 ngôn ngữ – dành cho các ông bố, bà mẹ có con nhỏ, cho tuổi teen và lời khuyên cho các cặp vợ chồng muốn giữ tình yêu lâu dài.

Có thể nói nhóm trẻ "thích nghe lời nói động viên, khẳng định sự tin tưởng" – Word of Affirmation – rất đông đảo ở Việt Nam. Tôi đã gặp những cô cậu teen, có đứa đã từng bỏ nhà đi làm cả gia đình mất ăn mất ngủ đi tìm. Tôi cũng nói chuyện với biết bao đứa trẻ từng bị ức chế vì bố hoặc mẹ suốt ngày so sánh chúng với người khác hoặc kể chững câu chuyện xấu và hậu quả để nhằm răn đe con. Nếu bạn dùng "kỹ xảo" đó, teen sẽ rất tinh tế nhận ra ngay và rất khó chịu. Bố mẹ chung quan niệm: "Thương cho roi cho vọt, ghét cho ngọt cho bùi" và rất tiết kiệm lời khen, vì sợ "khen nhiều nó tưởng nó giỏi rồi, sẽ không cố gắng nữa". Vậy bố mẹ nên làm gì?

- Điều quan trọng nhất: không bao giờ phê phán con một cách chung chung, vô căn cứ. Bố mẹ phải thống nhất với nhau, sau đó thảo luận với con để đưa ra những quy định trong cuộc sống mà bạn yêu cầu, và con phải tuân theo. Ngay việc "đàm phán" với con để đạt được thỏa thuận cũng phải làm một cách "dân chủ và bài bản". Nó gần như là thỏa thuận hợp đồng, nhiều lúc phải đánh đổi điều này để đạt được điều quan trọng hơn. Bạn nên nhớ rằng: khi không được lắng nghe và thông cảm, teen sẽ thu mình lại, có cảm giác trống rỗng về tâm hồn, cảm giác bố mẹ không còn yêu thương mình như trước nữa. Tâm trạng đó được ông Gary Chapman gọi là "empty love tank", tức là tâm hồn bị trống rỗng tình yêu. Nếu tình trạng này kéo dài, teen sẽ rất dễ trở nên chán đời, thậm chí tự kỷ. Chúng ta ai cũng vậy, cuộc sống đâu còn niềm vui và hạnh phúc nếu ta bị cảm giác không đươc ai yêu thương và hiểu mình? Cũng vì lý do này, nhiều teen đã có những hành động dại dột như: tự tử, bỏ nhà đi... Liệu có phải do các em không thể cảm nhận được tình yêu thương, sự quan tâm của bố mẹ? Hay chỉ vì bố mẹ đặt quá nhiều công sức và kỳ vọng vào các em mà không hiểu rằng cái con cần là tình yêu thương thật sự với chính bản thân con, chứ không phải là thành tích mà con đạt được?

- Khi con vi phạm thỏa thuận, hãy nhẹ nhàng và chân thành trao đổi để con nói rõ lý do. Bạn nhớ rằng, cái gì ban đầu cũng khó khăn, nhưng khi đã thành nếp sinh hoạt và thói quen, cả nhà sẽ được hưởng "thành quả". Nếu trong quy định có điều khoản phạt, hãy thực hiện việc phạt. Không bao giờ được to tiếng, mắng mỏ hay sỉ nhục trẻ vì bất cứ lý do gì.

- Chấm dứt việc chỉ trích, mỉa mai, "nói bóng nói gió" như "Con chưa cố gắng hết sức", hay "Sao con không dành nhiều thời gian để học mà cứ chơi điện tử suốt ngày"... Hãy thảo luận và đưa ra quy định hoặc lịch cụ thể cho từng ngày, trong đó có thời gian dành cho chơi và làm bài, rồi giúp con thực hiện, bạn cũng đỡ phải "lắm lời" nhắc nhở. Nhiều ông bố bà mẹ xem TV, đọc báo rồi bị ám ảnh bởi đủ thứ thông tin về teen đi bụi đời hay sex lung tung với bạn bè... Rồi họ sợ, họ răn đe con, nói ra rả với niềm tin "tuyệt vọng" là "nói nhiều cho nó sợ, nó nhớ". Bạn có biết hầu hết teen không dại dột và đều rất lo lắng cũng như muốn có trách nhiệm với bản thân (cả hiện tại và tương lai). Chính chúng ta, những ông bố bà mẹ tự cho mình là "có trách nhiệm", đã công khai tước đi của con cái ý nguyện đó. Nếu bạn nói nhiều, hầu như chỉ mang lại tác dụng ngược: teen sẽ làm đúng những gì bố mẹ muốn ngăn cản, thậm chí tệ hơn, chỉ để chứng tỏ sự tự lập, tự do khẳng định cái tôi của bản thân đang bị chính bố mẹ "chà đạp".

- Hãy khen ngợi, sử dụng thái độ và lời nói tích cực thay vì tiêu cực. Hãy tìm lý do để khen teen nhưng phải là những lời khen cụ thể, đúng với bản chất sự việc. Teen thông minh nên chúng sẽ nhận ra ngay nếu bố mẹ "khen đểu", tức là cố khen cho có, cho đúng bài. Ví dụ, muốn khen con xinh đẹp, hãy nói: "Con biết không, khi con nói chuyện, mắt con long lanh, trông rất thu hút" thay vì "Con gái mẹ xinh đẹp nhất trên đời"; hãy nói: "Cảm ơn con đã giúp mẹ rửa bát, mẹ thích lắm vì được tắm sớm hơn để xem phim". Nếu bạn chưa thể tìm được sự việc gì cụ thể để khen, hãy khen và động viên sự cố gắng. Ví dụ: "Mẹ rất vui khi tuy bận ôn thi mà con vẫn

cố gắng dành thời gian nói chuyện với em" hoặc: "Hôm nay mẹ rất vui khi con cố gắng tự là quần áo. Tuy mẹ phải là lại nhưng mẹ tin là lần sau con sẽ làm tốt hơn. Con hãy tưởng tượng bố sẽ vui đến thế nào khi con là quần áo cho bố"...

- Hầu hết bố mẹ đều yêu thương con, vậy thì sao rất nhiều teen không thể cảm nhận được điều đó? Đơn giản là vì bố mẹ không có những hành động và lời nói để thể hiện tình yêu thương với con. Khi con còn nhỏ, câu nói: "Bố (mẹ) yêu con" được thốt ra rất tự nhiên. Không hiểu sao, nhiều ông bố bà mẹ thấy rất khó khăn khi nói câu đó với teen hoặc những đứa con đã trưởng thành. Có lẽ văn hóa Việt Nam với quan niệm: "Yêu thương giữ kín trong lòng" hoặc "Mình làm bao nhiêu việc cho nó, nó phải tự hiểu là mình yêu thương nó"... Hãy chấm dứt tình trạng bắt con trẻ trở thành những "thám tử bất đắc dĩ" phải tìm kiếm tình yêu thương của bố mẹ bằng cách thăm dò, tiên đoán, suy luận. Hãy thường xuyên nói với con, bất cứ khi nào có cơ hội, rằng bạn yêu con vì chính bản thân chúng chứ không vì những gì con đạt được. Nếu bạn "đầu tắt mặt tối" đi làm, hãy nói với con: "Mẹ xin lỗi con là mẹ quá bận nên không thường xuyên dành thời gian để nói chuyện hoặc cùng làm nhiều việc với con. Con hãy hiểu là mẹ phải kiếm tiền để gia đình mình có thể đủ ăn, đủ quần áo mặc và chuẩn bị tiền cho con đi học sau này. Nhưng con hãy hiểu là mẹ yêu con và rất muốn có cơ hội được ở bên con". Nhưng một nguyên tắc luôn phải duy trì là không bao giờ được nói dối. Hãy tưởng tượng bạn nói với con là "bận kiếm tiền", hoặc "nhà mình thiếu tiền", trong khi con thấy bạn đăng ảnh đi uống cà phê với bạn bè, đi du lịch để con ở nhà hoặc diện toàn đồ đắt tiền, thì chúng sẽ nghĩ sao? Hồi con gái tôi còn bé, những lần phải đi công tác xa, tôi hay nói với con: "Mỗi người đều phải làm việc gì đó có ích, mẹ làm việc không chỉ để kiếm tiền cho gia đình mình, mà còn để tạo công ăn việc làm cho các cô chú ở công ty. Nếu công ty thua lỗ, phải đóng cửa, các cô chú ấy sẽ có thể không có tiền để mua thức ăn và quần áo cho con cái, là những em bé còn nhỏ hơn con nhiều". Vậy là có khi đang khóc để cố níu mẹ ở nhà, con tôi tự lau nước mắt rồi cố nói trong tiếng nức nở: "Mẹ cứ đi làm việc đi, con không khóc nữa đâu". Tuy vậy, tôi luôn cố gắng sắp xếp thời gian để được ở bên con nhiều nhất trong khả năng có thể và con gái tôi biết rõ điều đó. Tôi vẫn luôn nhắc đi nhắc lại với con: "Con là ưu tiên số Một của mẹ, cho đến khi con học xong phổ thông". Sao lại chỉ đến lúc đó? Vì khi con vào đại học, cuộc sống sẽ mở òa ra trước mắt chúng. Chúng sẽ có biết bao cơ hội, bao bạn bè, bao công việc và niềm vui, nỗi buồn không liên quan đến bố mẹ nữa. Vì thế, tôi không muốn con có cảm giác là mẹ luôn canh cánh ngồi chờ cơ hội để được ở bên con. Tôi không muốn "đóng vai" người mẹ Việt Nam "tội nghiệp" chỉ có một việc để làm, một mục đích để sống, đó là "tựa cửa" chờ con. Cái cảnh "tựa cửa chờ con" có thể đi vào lòng người, gây rung động trái tim bất cứ ai. Nhưng nó cũng làm cho con cái mình không thể yên tâm "cất cánh bay cao và bay xa", trong khi mẹ "mỏi mòn" chờ đợi? Vì vậy, tôi chẳng bao giờ tán thành việc bi kịch hóa cuộc đời của một thế hệ chỉ để "níu giữ" thế hệ sau. Cuối cùng thì ai cũng chỉ có một cuộc đời để sống. Hãy tự chuẩn bị tốt nhất cho bản thân để khi con trưởng thành, con được sống trọn vẹn cuộc đời của chúng, càng ít phải lo lắng cho ta càng tốt.

- Hãy khen con trước mặt cả gia đình, khi có mặt đầy đủ bố mẹ, anh chị em chúng. Nhưng nhớ là không bao giờ được khen trước mặt bạn bè chúng nhé! Chúng sẽ ngượng và bực mình với bạn.

- Nói chuyện với con về những điều chúng thích và động viên con thực hiện. Nhưng bạn cũng phải hiểu rằng những ý thích của teen có thể qua rất nhanh, bạn có thể cảm thấy hụt hẫng vì mình đặt tâm trí vào đó mà tự nhiên con lại hững hờ với chính thứ mà mấy ngày trước chúng còn hăng say.

- Khi con cảm thấy thất vọng hoặc chán nản, cần sự thông cảm của bạn, hãy lắng nghe, chia sẻ và động viên, thay vì trách mắng hoặc bỏ lơ chúng vì quá bận.

- Hãy cố gắng dành thời gian "có chất lượng" với con, vào đúng lúc chúng cần, chia sẻ những câu chuyện chúng quan tâm.

Để được như vậy, bố mẹ cần:

❀ Lắng nghe và hỏi để hiểu rõ con muốn chia sẻ điều gì.

❀ Nhìn thẳng vào mắt con khi nói chuyện.

❀ Đừng cố làm việc gì khác khi nghe con nói.

❀ Hãy nghe và cố gắng hiểu cảm giác của con, tỏ thái độ chia sẻ và thông cảm.

❀ Quan sát ngôn ngữ cơ thể của con để hiểu và cảm nhận trạng thái tâm lý của con.

❀ Không cắt ngang và xen vào khi con đang nói.

❀ Hãy hỏi con có muốn nghe, trước khi nêu chính kiến của bạn.

❀ Chỉ cho lời khuyên với những vấn đề cá nhân của con khi được hỏi.

... Chính bố mẹ mới là những người thầy đầu tiên tốt nhất của con mình, bố mẹ là người có thể khơi gợi cho con niềm yêu thích với các môn học, giúp con đam mê khám phá những tri thức của nhân loại và hướng con bay cao và bay xa ra toàn cầu!

PHẦN III: Cùng con học tập

Dạy con lập lịch và quản lý thời gian

Sự thành công và hạnh phúc trong cuộc sống phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố. Nhưng như tôi quan sát, những người THÀNH CÔNG THẬT SỰ, nghĩa là thành công mà không cần phải là "con ông cháu cha", cũng không được thừa kế khối tài sản kếch xù do tổ tiên để lại, đều cần có mấy tính cách sau đây:

1. Quyết tâm và kiên trì.
2. Ham học hỏi, đầu óc cởi mở, không bảo thủ (Open-minded).
3. Biết quản lý thời gian một cách hiệu quả.

Tôi sẽ không lặp lại những gì trong sách vở đã nói nhiều, ví dụ như chia các đầu việc ra thành 4 nhóm hoặc đặt thứ tự ưu tiên cho từng đầu việc... mà đi ngay vào phương pháp quản lý thời gian bằng cách lập và kiểm soát lịch làm việc cùng với con.

1. Mục đích của việc lập lịch làm việc là:

- Bố mẹ cùng với con thảo luận và đưa ra được lịch làm việc cho con theo dạng thời khóa biểu sinh hoạt hàng tuần (ngoài thời gian con học ở trường).
- Vì có nhiều việc bố mẹ muốn (hoặc phải) làm cùng con nên bố mẹ cũng phải lập lịch cho mình, cụ thể là những khoảng thời gian dành cho con và phải trùng với lịch của con vào thời điểm đó.
- Sau một thời gian, mỗi bên có thể tự lập lịch khi đã thống nhất các khoảng thời gian chung dành cho nhau.
- Và quan trọng nhất là kiểm soát làm sao để thực hiện được lịch đã đề ra. Trong quá trình thực hiện, nếu thấy có gì chưa hợp lý, bố mẹ và con sẽ sửa đổi ngay cho hợp lý hơn.

2. Vậy trình tự của việc lập lịch là gì?

- Liệt kê toàn bộ đầu việc cho từng ngày của con ngoài thời gian ở trường. Ví dụ, ngày thứ Hai, con bạn có các môn: Toán, Văn, Thể dục... ở trường thì nên liệt kê như sau: làm bài tập toán, văn, ôn lại động tác thể dục (tôi vốn có thói quen "việc hôm nay không để ngày mai" nghĩa là ngày nào về thì con sẽ làm bài tập của hôm đó ngay, dù môn học sẽ lặp lại vào tuần sau). Với cách học như vậy, con bạn sẽ làm bài nhanh hơn (vì mới học ngày hôm đó) và luôn chủ động về thời gian (vì việc cấp bách đã trở thành định kỳ, không còn cấp bách nữa).

- Xem thời khóa biểu học của con ngày hôm sau để ôn lại bài cũ một chút. Vì con đã học trước ngay hôm được giao bài nên khi ôn lại, con chỉ phải liếc qua lại bài vở là sẽ nhớ hết.

- Các việc khác như chơi piano, đọc sách, chơi điện tử, xem TV, tắm, ăn cơm, chơi với em...

- Tính toán xem mỗi việc trên, con cần làm trong bao lâu (mấy phút, giờ...), rồi cộng tổng số thời gian con cần để làm hết các việc đặt ra. Sau công đoạn này, con bạn sẽ có 1 bảng như sau:

Ví dụ:

❀ Làm bài trong ngày: (toán 30 phút, văn 40 phút)

❀ Tắm: 10 phút

❀ Ăn tối: 30 phút

❀ Tập piano: 20 phút...

- Trong thời gian đầu, mọi việc sẽ loạn lên vì không hề dễ để "tính toán" xem mình cần bao nhiêu thời gian để thực hiện một việc cụ thể nào đó. Cách tốt nhất là cứ áng chừng vì cả con và bố mẹ cùng chưa có kinh nghiệm. Sau vài tháng, cả hai sẽ thành thạo trong việc dự đoán này. Khi bạn và con có thể dự đoán đúng đến 80% thời gian cần để làm một việc gì đó, cũng là lúc mọi việc vào nếp.

3. Sau khi đã liệt kê đủ các việc như trên, tiếp đến là việc khó nhất: THỰC HIỆN.

- Bước 1: Đếm xem con có tất cả bao nhiêu thời gian trong ngày hôm đó. Ví dụ, con đi học về lúc 16 giờ 30, đi ngủ lúc 10 giờ tối. Vậy là con có tất cả 5 tiếng 30 phút để làm các công việc đã liệt kê ở trên.

- Bước 2: So thời gian cần và thời gian có thể có. Chắc chắn lúc đầu, hai thời gian đó sẽ khó khớp được nhau và xảy ra các trường hợp sau:

❀ Thời gian cần để làm hết việc nhiều hơn thời gian con bạn có: phải xem lại các đầu việc để bỏ nó đi, hoặc cho nó ít thời gian hơn, hoặc chuyển nó sang ngày khác (ví dụ, thay vì tập piano 20 phút ngày thứ hai con tập 10 phút thôi). Bạn phải làm sao cho hai thời gian này khớp nhau: nghĩa là nếu ngày đó con có 5 tiếng 30 phút, thì tổng thời gian dành cho các việc phải làm cũng chỉ tối đa là 5 tiếng 30 phút. Lưu ý là không nên vì thiếu thời gian mà “cắt” hết các khoảng dành cho chơi, đọc sách hoặc sinh hoạt cùng bố mẹ nhé.

❀ Nếu thời gian con bạn có nhiều hơn thời gian cần có: tốt quá rồi! Hãy hỏi con thích làm gì với khoảng thời gian còn lại.

❀ Sẽ thường xuyên xảy ra trường hợp hết thời gian mà việc vẫn chưa xong. Nếu việc đã trở nên không còn quan trọng, hãy bỏ luôn nó đi. Nếu việc không cấp thiết, chuyển nó vào ngày nào đó mà con còn thời gian. Phải chuyển ngay và viết luôn vào lịch của ngày được chuyển, nếu không sẽ quên mất đấy!

Hãy nhớ không cầu toàn và ôm đồm quá, việc gì không cần thiết, hãy bỏ ngay, việc gì cần thì cố gắng dành nhiều thời gian hơn.

Quan sát con gái, tôi thấy con làm như sau (chỉ là những gì tôi được chứng kiến): hè năm ngoái, khi ở trên máy bay, con liệt kê từng môn phải ôn ra những tờ giấy nhỏ, tính toán thời gian cho từng môn. Con cũng tính toán luôn thời gian cần có mỗi ngày để thực hiện. Khi về đến nhà, thấy con loay hoay vào máy tính, rồi in ra một cái lịch (thời khóa biểu hàng ngày). Theo đó, con dậy lúc 8 giờ sáng, đi ngủ lúc 22 giờ, ăn trưa 1 tiếng (12.30 – 13.30), ăn tối 1 tiếng (19.00 – 20.00), giờ ăn cũng là giờ cả nhà trò chuyện. Thời gian còn lại, con chia ra theo tiếng, giữa mỗi tiếng có 10 đến 15 phút nghỉ, bao gồm học trước các môn quan trọng, tự luyện thi SAT, tập thể thao, chơi đàn...

Sau vài ngày, tôi thấy con nói: “Con vượt target (kế hoạch) nên thừa ra 4 tiếng, chiều nay con được nghỉ”. Vậy là nàng nghỉ để chơi cả buổi chiều đó. Lại có hôm, nàng bảo: “Con bị chậm kế hoạch nên phải lấy 15 phút thời gian ăn tức là ăn tối chỉ còn 45 phút”. Việc này kéo dài trong 1 tuần thì nàng lại đuổi kịp kế hoạch...

Mọi người bắt đầu ngồi vào bàn lập lịch cùng với con đi nhé. Chúc thành công. Hãy xác định trước là nói thì dễ, thực hiện khó lắm đấy, nhưng hãy kiên trì. Con bạn sẽ học được rất nhiều bài học chỉ từ việc lập và kiểm soát lịch làm việc này.

Có một bạn hỏi về việc con mới 15 tháng, có thể bắt đầu dạy con lập lịch được chưa. Tôi xin trả lời câu hỏi đó bằng cách chia sẻ những cách tôi làm với con gái từ ngày đầu tiên ở bệnh viện về.

1. Khi làm bất cứ việc gì, tôi đều mô tả cho con nghe là tôi sẽ làm gì, thời gian bao lâu và làm thế nào. Ví dụ, trước khi xuống bếp nấu cơm (nhà tôi bếp liền ngay với phòng khách, nơi con nằm), tôi sẽ đến bên con, nhìn vào mắt con và nói: “Con nằm đây chơi nhé, mẹ xuống bếp nấu cơm. Mẹ sẽ cần khoảng 40 phút để nấu xong bữa cơm. Hôm nay nhà mình ăn thịt gà kho, canh cải cúc và mướp xào tôm...” Cứ sau 5 – 10 phút, tôi lại chạy vào với con để nói vài câu:

"Mẹ bắc xong nồi cơm rồi, bây giờ con chỉ còn phải chờ 30 phút nữa thôi. Mẹ sẽ nhặt và rửa rau..."

2. Khi con được 8 tháng, tôi bắt đầu làm lịch sinh hoạt của hai mẹ con. Tôi lấy 1 tờ giấy, in lịch ra, vẽ lên đó mấy cái hình màu, dán lên cánh cửa tủ lạnh. Tôi đọc cho con nghe lịch hàng ngày và trước khi làm bất cứ việc gì, tôi cũng dẫn con đến cửa tủ lạnh, chỉ vào thời gian và việc đó rồi giải thích rất rõ ràng với con: mình sẽ làm gì, mất bao nhiêu thời gian, làm thế nào... Có lẽ nhờ vậy, con gái tôi có khái niệm về thời gian rất sớm. Con cũng được luyện thói quen của việc làm gì cũng có kế hoạch cụ thể ngay từ thời điểm này.

3. Khi con bắt đầu biết nói (12 – 13 tháng), mỗi khi làm lịch, tôi đều nói chuyện và trao đổi với con. Gọi là trao đổi chứ ở tuổi này, mẹ nói sao con cũng gật, nhất là khi viết ra những việc mà con thích làm cùng mẹ. Nhưng chỉ sau vài tháng, con bắt đầu bập bẹ có ý kiến góp ý, ví dụ: "Con thích chơi xếp hình, chứ không thích hát..."

4. Với những cách như trên, khi con 4 – 5 tuổi, việc làm lịch gần như do con quyết định, mẹ chỉ còn làm "thư ký" để ghi lại (vì con chưa biết viết), gõ vào máy tính và in ra cho con thực hiện. Chỉ 1 – 2 tháng sau khi vào lớp 1, con đã hoàn toàn tự làm được thời khóa biểu sinh hoạt ở nhà sau khi hai mẹ con thống nhất thời gian "chơi chung".

5. Trước khi đi chơi, dù xa hay gần, tôi cũng cùng con liệt kê các việc cần và thích làm, tính thời gian cho từng việc rồi lên danh sách các thứ cần mang theo cho mỗi hoạt động.

Vì vậy, lời khuyên của tôi cho các bố mẹ: trước tiên, hãy tập lên kế hoạch cho bản thân, sau đó thì lập lịch cho con càng sớm càng tốt, mọi việc sẽ dễ dàng hơn khi con còn nhỏ. Nếu bạn chưa từng làm trước đây thì "không bao giờ là muộn" cả, hãy bắt đầu ngay ngày hôm nay!

Đọc sách cho con và cùng con gieo mầm tri thức

Khi con gái còn nằm trong bụng mẹ, tôi đã đọc rất nhiều sách của Anh và Mỹ hướng dẫn các ông bố bà mẹ cách nuôi dạy con. Quyển nào cũng viết rằng đọc cho con nghe, nói chuyện với con từ những ngày đầu tiên con ra đời là việc làm tốt nhất để phát triển trí tuệ cho con. Bằng cách đó, bạn sẽ dạy cho con các kỹ năng quan trọng bậc nhất của con người: kỹ năng nghe hiểu, nói và đọc hiểu. Lúc đó, tôi cũng nửa tin nửa ngờ nhưng vì không biết cách nào hay hơn nên tôi căm căm làm thử.

Vì bị vàng da sinh lý, phải chiếu đèn, nên đến ngày thứ 11 con mới được xuất viện. Bắt đầu từ ngày đó, hàng ngày, tôi tận dụng mọi khoảng thời gian con thức để nói chuyện với con và đọc cho con nghe:

- Bất cứ khi nào có dịp ngồi cùng con, tôi đều tranh thủ nói chuyện. Lúc nói chuyện, tôi hay âu yếm xoa tay hoặc chân con, mắt luôn nhìn thẳng vào mắt con. Tôi kể cho con nghe mọi việc xảy ra, mọi ý nghĩ chợt đến trong đầu vào lúc đó.

- Khi làm bất cứ việc gì, tôi đều mô tả cho con về việc mình làm. Ví dụ, khi con ngủ dậy, tôi vừa mở cửa sổ vừa nói: "Con nằm yên (hoặc ngồi yên), để mẹ đi mở cửa sổ. Con biết tại sao phải mở cửa sổ không? Mở để không khí trong lành và ánh sáng tràn vào nhà, để mẹ con mình được đón gió. Con có thấy không, khi mẹ mở cửa, ánh mặt trời chiếu vào, căn phòng sáng bừng lên..." Tôi có thể "luyên thuyên" tiếp về mặt trời, mặt trăng, mây, gió... Hồi đó, nhiều lúc tôi tự nghĩ mình như một kẻ "dở người", cứ nói đủ thứ chuyện "trên trời dưới bể" với một em bé mới hơn 10 ngày tuổi. Nhưng tác dụng đến rất nhanh, chỉ sau khoảng 3 tuần, dù ở bất cứ vị trí nào trong phòng, chỉ cần tôi cất tiếng nói là con dõi mắt về phía đó. Tôi cứ nói chuyện với con suốt ngày như vậy, nội dung câu chuyện thay đổi dần để phù hợp khi con lớn lên

Cũng bắt đầu từ ngày thứ 11, mỗi ngày tôi đọc cho con nghe 4 – 5 lần (cả sách tiếng Anh và tiếng Việt). Tôi chọn những quyển sách tiếng Anh có tranh vẽ minh họa đẹp. Còn sách tiếng Việt, tôi lấy nội dung rồi tự viết lại vì thật sự rất khó chọn được các quyển sách tiếng Việt với câu văn và ngữ pháp chính xác, không có lỗi chính tả. Lúc đầu, mỗi lần tôi đọc 5 – 10 phút, sau tăng dần lên 15 – 20 phút khi con đã biết ngồi. Các bạn LƯU Ý đọc chậm rãi, đọc đến từ nào, dùng ngón tay chỉ vào dưới từ đó. Tại sao ư? Để bé vừa nghe âm thanh, vừa nhìn vào mặt chữ cũng là một cách dạy bé đọc. Lúc đầu, khi thấy sách viết chỉ bằng cách đó, trẻ con sẽ tự biết đọc vào lúc 3 – 4 tuổi, tôi không tin tí nào. Tuy không tin nhưng vì không thấy nó có hại gì, tôi cứ làm theo. Không ngờ, vào một buổi tối, lúc con gái chừng gần 4 tuổi, tôi đang đọc, thấy con leo lẻo đọc theo. Tôi im bặt, con vẫn đọc tiếp, thế là tôi bế xốc con lên, nhảy múa reo

hò ầm ĩ: “Con biết đọc rồi, con gái mẹ giỏi quá!”. Con gái tôi đã biết đọc cả tiếng Việt và tiếng Anh như vậy đó. Ai có con còn bé nên làm thử ngay nhé! Để làm được, đòi hỏi bố hoặc mẹ phải kiên trì trong 4 năm trời và bạn sẽ được trả công xứng đáng.

Các bạn lưu ý khi nói chuyện với con hoặc đọc cho con nghe, đừng bao giờ dùng giọng nựng nịu. Hãy nói và đọc bằng giọng càng chuẩn, càng rõ ràng càng tốt. Nếu bạn nói nựng bằng giọng ngọng nghịu, âm thanh đập vào tai sẽ dạy cho bé nói giọng đó. Rồi sau này, khi bắt đầu nói, đừng thắc mắc sao bé nói ngọng.

Khi con gái 7 – 8 tháng, tôi bắt đầu vừa đọc, vừa rủ bé diễn kịch theo sách. Ví dụ đọc truyện về con chó, con mèo, tôi sẽ phân công con làm con chó, mẹ làm con mèo. Con chó nó đi bằng 4 chân thế này này, còn con mèo nó vồ chuột thế này... Lúc đầu, một mình tôi diễn, con ngồi xem. Sau đó, từ lúc 11 tháng, con đã có thể đóng một số vai đơn giản khi được hướng dẫn. Lúc con 18 tháng thì cứ đến giờ đọc sách là cả nhà inh ỏi tiếng chó sủa, mèo và chuột kêu, ai nghe cũng buồn cười.

Khi đưa con ra ngoài, tôi tận dụng mọi việc xảy ra xung quanh để thủ thỉ trò chuyện cùng con, giải thích cái hay – dở – đúng sai. Khi con lớn hơn một chút, tôi hay đặt ra các câu hỏi để con suy nghĩ và nêu nhận xét cá nhân, rồi hai mẹ con trao đổi quan điểm. Bằng cách đó, tôi hướng dẫn cho con suy nghĩ logic, phân tích, so sánh các phương án để giải quyết vấn đề. Tôi không bao giờ áp đặt chính kiến hoặc bắt con làm theo ý mình, mà không giải thích cặn kẽ nguyên nhân và hậu quả.

Nếu bố mẹ kiên trì thực hiện được những điều trên, tôi có thể đảm bảo là bạn đã làm được điều quý giá nhất cho con: GIEO MẦM TRÍ TUỆ. Con cũng sẽ có thói quen thích đọc sách, thích bắt chước những điều tốt đẹp từ sách. Và có một điều chắc chắn, con bạn sẽ sống hướng thiện, có tâm hồn.

Dù con đã biết đọc từ khi chưa tròn 4 tuổi, cứ mỗi buổi tối, sau khi ăn xong, tôi lại ngồi cùng con trong phòng ngủ, tuy hầu hết thời gian con tự đọc hoặc học. Các bạn phải nhớ rằng: cho đến 11 – 12 tuổi, trẻ con rất sợ ngồi một mình. Nếu phải ngồi một mình trong phòng, chúng sẽ không thể tập trung vào việc đọc hoặc học. Dù con đi học nội trú tại Anh từ khi chưa tròn 9 tuổi nhưng mỗi dịp nghỉ của con, tôi đều dành thời gian buổi tối để làm mọi việc trong cùng phòng với con cho đến giờ con đi ngủ.

Cùng con học Toán

Khi mua sách cho con, ngoài các loại truyện có tranh ảnh đẹp, tôi cũng để ý mua thêm các loại sách dạy đếm. Tôi đọc xen kẽ các sách này cùng với những loại truyện khác. Tôi thường xuyên sử dụng ngón tay và ngón chân của mình và của con để dạy con tập đếm. Vì bắt đầu từ rất sớm nên khi con gái còn chưa biết nói, nếu tôi đọc “một”, con sẽ giơ một ngón tay ra. Tôi dạy con đếm cả bằng tiếng Anh và tiếng Việt. Khi nhận thấy con tập đếm bằng tiếng Việt dễ hơn (vì chỉ cần thuộc hết từ 1 đến 10 là có thể đếm được đến 999) nên tôi nghiêng về dạy đếm bằng tiếng Việt nhiều hơn. Vì quy luật đếm số bằng tiếng Việt, tiếng Trung, tiếng Hàn... đơn giản và dễ hơn nên trẻ châu Á biết đếm đến 999 sớm hơn rất nhiều. Và khi đã thạo đếm, việc học các phép cộng, trừ cũng trở nên dễ dàng hơn.

Theo kinh nghiệm của tôi; với trẻ con, nếu bạn biến mọi chủ đề học thành trò chơi, chúng sẽ hưởng ứng ngay lập tức một cách rất hào hứng. Sau khi con đã thạo đếm từ 1 đến 10, tôi bịa ra những lời hát giả vờ ngây ngô, ví dụ: “Em đếm 1, rồi em đếm 3”, thì con sẽ cãi lại: “Hai chứ, mẹ sai rồi!”... Cũng tương tự vậy, khi con bắt đầu biết cộng, trừ, tôi hay giả vờ làm sai những phép tính đơn giản để con gái có dịp dạy mẹ. Con rất thích làm cô giáo dạy mẹ và nhiều lúc than phiền: “Mẹ học dốt quá”. Khi con hơn 4 tuổi, thấy sách toán Lớp 1 của Việt Nam có cách giải thích không phù hợp với logic của các cháu, tôi mua nguyên bộ sách toán Cấp 1 của chương trình Singapore để dạy con. Lúc đầu, tôi hướng dẫn con đọc sách giáo khoa (Course book) và theo hướng dẫn để làm các ví dụ. Sau đó, tôi giao bài theo sách làm bài tập (Workbook) để con luyện và hiểu rõ thêm lý thuyết. Cứ mỗi buổi tối, tôi cùng con gái dành 30 – 45 phút học toán. Trước khi vào Lớp 1, con gái tôi đã học xong toàn bộ chương trình toán lớp 2 của Singapore. Cho đến bây giờ, tôi vẫn không hiểu tại sao Bộ Giáo dục lại khuyên không nên cho các cháu học trước. Đúng là không nên ép các cháu học nhưng nếu bố mẹ kiên trì và tạo được hứng thú cho con học trước, nhất là môn Toán và tập đọc, các cháu sẽ tự tin hơn rất nhiều khi vào Lớp 1. Tôi nhắc lại: điều quan trọng là bố mẹ phải tạo được sự hứng thú cho con bằng cách dạy con “chơi mà học”, không bao giờ được quát mắng, chê bai, làm cho trẻ chán học. Hãy sử dụng mọi cơ hội trong cuộc sống để khuyến khích con đếm, rồi tập cộng, trừ.

Nếu bố mẹ kiên trì, luôn thoải mái, vui vẻ cho con làm quen với học toán từ khoảng 4 tuổi, tôi tin ai cũng sẽ thành công. Con bạn có thể không trở thành nhà toán học nhưng chắc chắn chúng sẽ không bao giờ sợ môn toán. Tôi đã từng sợ và thậm chí thù ghét môn toán chỉ vì bố tôi ép tôi học để thi vào chuyên toán.

Cùng con học Văn

Tôi thật sự không hiểu từ bao giờ và từ đâu xuất hiện cái sự "học thuộc lòng" bài mẫu? Chúng ta cần phát động phong trào nói KHÔNG với việc học thuộc lòng các bài văn mẫu. Bắt học sinh học thuộc lòng để rồi khi làm bài kiểm tra hoặc thi thì ngồi chép lại bài mẫu là phi giáo dục và phi đạo đức. Nếu thầy cô giáo bắt chúng học thuộc bài mẫu thì để bảo vệ cho con mình, chính phụ huynh hãy lên tiếng trực tiếp với giáo viên. Giáo viên không tiếp thu, hãy viết thư lên hiệu trưởng hoặc các cấp cao hơn trong ngành giáo dục. Nếu bố mẹ không tự bảo vệ được con cái, ai sẽ làm hộ chúng ta điều đó?

CHÍNH CÁC BẬC BỐ MẸ hãy học cách giúp con mình học văn một cách trung thực. Tôi xin nêu một ví dụ về phương pháp giúp con học văn với bài văn của học sinh Lớp 3: "Viết thư tay để làm quen với một người mà em chưa biết và giới thiệu nơi em đang ở". Một số phụ huynh nhận xét bài này quá sức lứa tuổi Lớp 3. Nhưng theo tôi, đề bài này khá phù hợp lứa tuổi 7 – 8. Có lẽ, cái khó đối với các em là thầy (cô giáo) không giải thích kỹ, hướng dẫn cụ thể để các em hiểu yêu cầu của đề bài, cũng không dạy các em cách lập dàn bài trước khi viết. Xin nói rõ là phương pháp dựng đề cương (dàn bài) theo kiểu này là do tôi "học lỏm" của con gái khi theo dõi cháu làm các bài luận văn.

Trước tiên, chính chúng ta phải hiểu rõ ràng yêu cầu của đề bài gồm 2 phần:

1. Viết thư làm quen với một bạn mà em chưa biết.

2. Giới thiệu nơi em ở.

Cả hai nội dung trên đều đã quá quen thuộc với một cháu bé học Lớp 3 (tức là 8 đến 9 tuổi). Tôi đã thấy các bé 4 – 5 tuổi làm quen với nhau, theo kiểu: "Tớ tên là Hà, 4 tuổi rưỡi. Nhà tớ có bố, mẹ, một cô osin và một con mèo nữa…" Các em có thể kể cho nhau nghe về nơi em ở: "Nhà tớ ở trong sân bay, hay có máy bay lên xuống. Mẹ tớ hay nhăn nhó kêu mất ngủ vì ồn…" Đó là văn nói khi các em gặp nhau, kể chuyện cho nhau nghe. Việc của chúng ta là giúp các em viết lại (trước tiên bằng một giọng văn chân thật nhất, chưa cần hay) những gì các em quan sát được. Nếu con chưa biết bắt đầu từ đâu với bài văn này, bạn hãy gợi ý cho con cách lập dàn bài bằng cách đặt câu hỏi hoặc giải thích, rồi yêu cầu bé viết dàn bài trước (tuyệt đối không được làm hộ).

Yêu cầu 1 – Viết thư làm quen: Hãy hỏi cháu: "Khi gặp một bạn mới, con nói thế nào?". Bạn có thể cùng con đóng kịch về đề tài làm quen với bạn mới, đưa ra các cách làm quen khác nhau, ví dụ:

- Chào bạn, tôi tên là Hà, sống ở quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh. Tôi 8 tuổi, học Lớp 3. Tôi rất thích làm quen với bạn bè mới. Bọn mình làm quen với nhau nhé?

- Cô giáo ra đề bài viết thư làm quen bạn mới, tôi chọn bạn nhé! Tôi năm nay 8 tuổi, sinh năm con chó nên bố mẹ đặt tên là Tuất… Tôi học Lớp 3 trường Nguyễn Gia Thiều…

Sau đó, tôi rút ra kết luận với cháu: "Tóm lại, trong phần 1, để làm quen với bạn, nên con giới thiệu về mình và có các ý sau:

1. Giới thiệu tên, tuổi.

2. Học trường nào?

3. Lý do viết thư làm quen."

Yêu cầu 2: Giới thiệu nơi em ở: Tương tự, bạn có thể trao đổi với con về nội dung cần có của phần đó, ví dụ:

- Có thể giới thiệu về cái nhà em đang ở: tả cái nhà cháu đang sống.

- Có thể là khu phố hoặc thành phố gia đình cháu đang sống.

Phần kết luận: Bạn cũng giải thích với cháu: "Nếu con và bạn đang nói chuyện mà con phải về thì mình cần chào hỏi, có thể hẹn hò gặp lần sau. Viết thư cũng vậy. Cuối thư cần chào bạn và có thể nói bạn viết thư lại cho mình".

Sau khi giải thích để cháu hiểu rõ yêu cầu của đề bài, bạn bảo cháu tự viết dàn bài rồi đưa bạn đọc để góp ý. Lưu ý, bạn hãy tôn trọng những gì cháu viết ra, không được chê bai, dè bỉu mà chỉ nên góp ý theo cách: "Con có quên phần này không nhỉ?"

Trên cơ sở dàn bài, hãy để cháu tự viết thành bức thư, dù bước đầu có ngô nghê, nhưng phải chân thật. Bạn kiểm tra và yêu cầu con sửa lỗi chính tả, sửa sao cho câu văn ít nhất là đủ chủ ngữ, vị ngữ và viết đúng ý cháu muốn nói.

Muốn con học văn tốt, bạn phải gieo mầm ngôn ngữ cho con từ lúc bé còn nằm nôi. Hãy chăm chỉ đọc cho con nghe, cùng con diễn những vở kịch ngắn dựa theo nội dung câu chuyện bạn đọc để bé thích thú đọc sách, điều đó rất quan trọng. Nếu bé không đọc, làm sao bé có đủ từ để viết? Hãy tiếp tục đọc và diễn cùng con cho đến khi đọc sách trở thành thói quen không thể thiếu trong cuộc sống của chúng.

Thêm nữa, để con viết được hay, con phải có ý mà viết – tức là bố mẹ cần bồi đắp vốn sống cho con. Tập cho bé thói quen quan sát các sự việc và những con người ở xung quanh. Khi đưa bé đi bất cứ đâu, hãy gợi ý để bé quan sát, khuyến khích bé ra các nhận xét. Ví dụ: khi cùng bé dạo chơi trên bờ biển, bạn có thể gợi ý: "Nước biển ngoài kia có những màu gì hả

con?” Gợi ý cho bé về các từ tả màu xanh như: xanh da trời, xanh ngọc, xanh thăm thẳm, xanh biếc… và trao đổi với bé khi nào thì nên dùng từ gì để tả. Bé phải có đủ vốn từ và vốn sống thì mới có cảm xúc để viết.

Nếu các bạn để ý thì rất nhiều bài hát bạn có thể sử dụng để dạy bé viết văn. Ví dụ: “Một con vịt xòe ra hai cái cánh. Nó kêu rằng quác quác quác, quạc quạc quạc…” chính là bài văn ngắn tả con vịt. Bạn có thể dùng chính bài đó, cùng bé thêm từ ngữ để tả hai bàn chân, rồi cái đầu, cái mõm, màu lông con vịt. Hồi con gái còn bé, tôi rất hay dùng các bài hát để giúp bé tập viết văn.

Các bố mẹ hãy cùng chung tay một cách thiết thực nhất để giúp cho những mầm non của đất nước yêu thích văn học, môn học thể hiện tâm hồn và trí tuệ của con người.

Rèn luyện khả năng tự học cho con

Từ thuở còn bé, bố tôi đã rèn cho tôi khả năng tự học. Tôi không đi học mẫu giáo, cũng chẳng học vỡ lòng, bố dạy tôi đọc, viết từ khi nào, tôi cũng không nhớ nữa. Chỉ nhớ mang máng rằng, khi 4 – 5 tuổi, tôi đã đọc thông viết thạo. Vậy là bố mua sách Lớp 1 cho tôi, dạy tôi cách tự học. Hàng ngày, bố giao cho tôi đọc những bài nào, làm bài tập những trang nào, rồi khi đi làm về, bố chấm điểm từng bài. Bắt đầu vào Lớp 1, tôi đã tự học hết sách Toán và Tiếng Việt của Lớp 2. Thời gian đó, khách đến nhà chơi, thấy bố dạy tôi học trước, ai cũng nói: “Anh cho con học trước thế này, khi vào học, nó hoặc sẽ chán, hoặc trở thành kiêu căng vì thầy cô dạy những cái nó đã biết hết”. Bố tôi chỉ cười, không tranh luận gì cả.

Vào Lớp 1, thấy tôi học giỏi, cô giáo giao bài khó hơn, động viên tôi làm, rồi đưa ra chương trình phụ đạo riêng cho tôi. Cô còn giao tôi kèm cặp cho các bạn học kém. Kết thúc Lớp 1 tôi đạt kết quả rất cao nên được đề nghị nhận phần thưởng của Bác Hồ. Tôi luôn được tuyển chọn vào các đội tuyển đi thi đủ thứ của huyện Từ Liêm, nơi tôi sơ tán hồi đó. Nhờ đã tự học từ trước cho toàn bộ các môn cơ bản của sách giáo khoa là Toán và Tiếng Việt, tôi có nhiều thời gian để tham gia các hoạt động tập thể, làm cán bộ lớp và cán bộ đội, rồi được đi học bồi dưỡng hết thứ này đến thứ khác.

Tôi luôn tự học trước các môn cơ bản, đặc biệt là toán, trước ít nhất 1 năm. Nhờ vậy, kết quả học của tôi khá xuất sắc: mười năm liền tôi đều là học sinh A1 (bạn bè nào học cùng thời chúng tôi, chắc biết rõ khái niệm học sinh A1, A2, A3). Tôi biết ơn bố rất nhiều vì cụ đã không tiếc công sức, rèn cho tôi khả năng tự học. Khả năng đó đi theo tôi suốt những chặng đường học vấn và làm việc sau này. Đối với tôi, kiến thức (ngoài những kiến thức về cái tôi cực dốt là kỹ thuật, toán và máy tính) không có khái niệm là “không biết”, chỉ có mình muốn biết hay không. Khi gặp bất cứ vấn đề gì trong cuộc sống và công việc, tôi đều loay hoay tìm sách để đọc và suy nghĩ, bắt chước làm thử rồi rút kinh nghiệm để làm thật. Từ khi có internet, việc học kiến thức mới và tìm thông tin trên mạng trở nên rất dễ dàng, chỉ là mình có muốn tự đọc và tự học hay không mà thôi.

Rồi tôi sinh con gái. Ngoài việc đọc sách và tìm kiếm trên internet các phương pháp nuôi con hiện đại, tôi vẫn giữ “truyền thống” gia đình là đọc và học cùng con từ rất sớm. Rút kinh nghiệm từ chính cách ép tôi học toán thái quá của bố, khiến tôi căm thù môn toán, tôi không ép buộc, mà luôn động viên và đồng hành cùng con. Con không thích học môn gì, tôi luôn chia sẻ, ví dụ: “Hồi bằng tuổi con, mẹ cũng chán học môn đó lắm. Nhưng trong đời, ngoài những thứ mình thích và được làm, có rất nhiều thứ mình không thích mà cũng phải cố làm vì nó cần thiết cho cuộc sống của chính mình sau này, con ạ!”. Tôi không bao giờ lên gân, lấy mình làm gương cho con. Ngược lại, tôi cố nhớ và chia sẻ rất chân tình, trung thực với con những trò nghịch ngợm, những cái không tốt hoặc hư của mình lúc bé, những điều làm mình hối hận... khi ở vào lứa tuổi con. Bằng cách đó, tôi hướng dẫn con làm quen và chấp nhận cuộc

sống thực với những tâm lý rất đời thường, để con hiểu rằng ai cũng có lúc tốt, lúc xấu, có cái hay, cái dở, mình nên sống và hành động sao cho sau này không phải hối hận với lương tâm vì bất cứ điều gì. Tôi cũng dạy con rằng muốn sống tốt, mình luôn phải dùng cái đầu CỦA MÌNH cộng với tri thức để suy nghĩ cẩn thận trước mỗi hành động.

Rồi đến hôm nay, sau khi viết bài chia sẻ về nuôi dạy con, có nhiều bạn hỏi đúng câu mọi người đã hỏi bố tôi 55 năm về trước: liệu cho con học trước, có làm lúc vào năm học con chủ quan và chán học vì đã biết? Từ bao nhiêu năm nay, nền giáo dục chính thống của Việt Nam cũng nói đi nói lại, gây ấn tượng vào suy nghĩ của các bậc phụ huynh là: "Không nên cho trẻ học sớm, có hại cho sự phát triển. Không nên cho trẻ học trước, trẻ sẽ chán và chủ quan khi vào năm học..." Tôi thật sự không biết từ đâu mà có quan điểm "không nên cho trẻ học sớm, không nên cho trẻ tự học" này trong khi các phương pháp dạy trẻ của các đất nước hiện đại đều nói rất nhiều về tầm quan trọng của việc giáo dục sớm. Dạy trẻ biết đọc sớm được 1 năm tức là bé có thêm 365 ngày để đọc và biết thêm bao thông tin. Nhưng cái khác nhau cơ bản là quan điểm "học mà chơi, chơi mà học, học để có kiến thức" của phương Tây và quan điểm: "Học cho oai, học để thi, để lấy cái bằng, chứ không cần kiến thức" kiểu Việt Nam.

Khi con bạn biết đọc, biết viết, biết làm toán thì lúc đến trường, chúng sẽ tự tin hơn, thầy cô giáo chắc chắn sẽ để ý đến khả năng của chúng hơn. Nếu bạn cứ tiếp tục cho con học trước và học mở rộng ra ngoài những điều nằm trong chương trình, chính là bạn đang tạo cho con những nền tảng vững chắc đầu tiên cho việc tự học, khả năng giúp cho con người luôn vươn lên về mặt tri thức. Còn con có "kiêu căng, tự phụ" vì đã biết trước hay không là hoàn toàn do thái độ và cách dạy của bố mẹ. Nếu ông bà bố mẹ luôn coi con là ngôi sao sáng, khen con hết lời vì những giá trị "ảo" do người lớn tưởng tượng ra, suốt ngày ca ngợi con là "thần đồng" thì con sẽ thành đứa trẻ kiêu căng, tự phụ, dù con có giỏi hay không. Nếu bố mẹ động viên con đúng lúc, đúng chỗ, chừng mực, vì những việc cụ thể con làm và các kết quả cụ thể con đạt được, con sẽ trở nên tự tin và dần dần nhận thức rõ khả năng cũng như giới hạn của bản thân.

Có lẽ chính vì sự khác biệt này nên trong khi nền giáo dục thế giới tạo ra những con người toàn diện, độc lập trong suy nghĩ, Việt Nam đã và đang tạo ra những thế hệ trẻ "con vẹt", cắm đầu học thuộc lòng hoặc bị luyện như luyện "gà chọi" để lấy thành tích cho người lớn, đem lại tự hào cho bố mẹ.

Vậy thì các ông bố bà mẹ, hãy tự cứu con mình trước khi trời cứu. Nếu bố mẹ không tự nuôi dạy và có trách nhiệm với chính con mình, chẳng ai khác có thể làm được điều đó, dù đứa trẻ lớn lên ở bất cứ xứ sở nào.

Dạy con đôi khi thật đơn giản

Vở sạch chữ đẹp?

Tôi hết sức thắc mắc về việc tại sao ở Việt Nam, giáo viên và phụ huynh quá quan tâm đến "vở sạch chữ đẹp"? Chẳng lẽ chúng ta muốn cho tất cả các em sau này trở thành "thầy đồ" ngồi "bán chữ thánh hiền" ngoài đường?

Lúc con gái còn bé, tôi không hề có ý nghĩ phải bắt cháu luyện chữ viết. May sao, trường quốc tế ABC nơi cháu học cũng chẳng bắt các cháu luyện chữ. Nói thật, năm Lớp 1 cháu viết xấu như "ma lem" nhưng không thấy thầy cô nào kêu ca hoặc hạ điểm. Đến năm học Lớp 3, thầy giáo chủ nhiệm có nói với tôi: "Con chị viết khó đọc quá, chị khuyên cháu nên để ý một chút đến chữ viết cho người khác dễ đọc hơn". Tối hôm đó, khi hai mẹ con đang tán gẫu, tôi nói với con về nhận xét của thầy, đồng thời nêu quan điểm của tôi: "Những gì mình viết là để mọi người xem. Vì vậy, mẹ không nghĩ là mình cần viết đẹp nhưng nên viết rõ ràng để phục vụ được đúng mục đích đó. Dù con giỏi và biết nhiều đến đâu mà viết ra không ai xem được, thì coi như thất bại".

Có lẽ con hiểu và từ đó, cố gắng viết rõ ràng hơn. Thế là đủ để phục vụ được đúng mục đích của chữ viết.

Vậy có nên chăng, ta nên thay thế yêu cầu "vở sạch chữ đẹp" bằng "viết rõ để người khác đọc được"? Viết rõ và viết đẹp khác hẳn nhau: viết đẹp là để đi khoe, còn viết rõ là để thể hiện những gì mình biết cho người khác có thể đọc.

Một điều nữa, tay các bé 6 – 7 tuổi còn yếu nên dễ mỏi khi phải viết nhiều. Việc bắt các cháu viết đi viết lại vài trang trong một ngày để luyện chữ, theo tôi là rất phản khoa học và sẽ khiến các cháu trở nên sợ viết. Cứ để các cháu viết một cách tự nhiên và biết viết càng nhanh càng tốt. Khi lớn hơn một chút (khoảng Lớp 2 hoặc Lớp 3), hãy giải thích để các cháu hiểu được sự cần thiết của việc viết rõ ràng, chắc chắn các cháu sẽ tự cố gắng tập.

50 hoạt động giúp con thông minh

KÍCH THÍCH TẦM NHÌN CỦA TRẺ

1. Tận dụng mọi cơ hội giao tiếp bằng mắt với con, nhìn thẳng vào mắt bé khi nói, cười, cho con ăn… Trẻ nhận biết gương mặt từ rất sớm và gương mặt của bố mẹ là quan trọng nhất với bé. Mỗi lần bé nhìn vào mặt bạn là một cơ hội giúp bé phát triển trí nhớ.

2. Thè lưỡi ra với bé: Nhiều nghiên cứu chứng minh là trẻ chỉ vài ngày tuổi đã có thể bắt chước những động tác đơn giản của khuôn mặt. Đây là dấu hiệu rất sớm của khả năng giải quyết vấn đề sau này.

3. Hãy cho bé nhận biết mình trong gương. Ban đầu, bé có thể tưởng mình đang nhìn khuôn mặt một bạn nhỏ nào và rất thích thú vẫy tay, cười với "em bé" kia.

4. Tập cho bé phân biệt sự khác nhau: Bạn đưa hai bức tranh cách tầm mắt của bé 20 – 25cm. Hai bức tranh phải tương tự nhau nhưng có một chi tiết nhỏ khác nhau (ví dụ, 1 bức có cái cây, bức kia không có). Những em bé chỉ vài tháng tuổi sẽ ngắm nghía kỹ hai bức tranh và dần dần phân biệt được sự khác nhau. Đây là những bước đầu tiên giúp bé nhận biết mặt chữ và tập đọc sau này.

NÓI CHUYỆN VỚI BÉ, LÀM CHO BÉ CƯỜI

5. Nhìn vào mắt bé và nói những câu ngắn, dừng lại để bé có thời gian bắt chước. Lúc đầu, có thể bé chỉ nhìn bạn trân trân nhưng chỉ ít lâu sau, bé sẽ quen với âm điệu của việc nói chuyện và phát ra các âm thanh tham gia vào câu chuyện.

6. Nựng bé bằng những giọng nói với âm điệu cao, thấp khác nhau.

7. Hát cho bé nghe: Bạn càng biết nhiều bài hát càng tốt. Nếu có khả năng, bạn tự sáng tác các âm điệu hoặc lời hát theo những âm điệu có sẵn. Hãy cho bé nghe các loại nhạc khác nhau như nhạc cổ điển của Bach, nhạc rock'n roll của The Beatles, Britney Spears… Nhiều nhà nghiên cứu cho rằng nghe nhạc cũng tương tự như học toán vậy.

8. Mô tả các việc bạn làm, ví dụ, hãy nói: "Khi bố (mẹ) bật đèn, con sẽ thấy phòng sáng lên nhé!" trước khi bạn bấm công tắc bật đèn. Bằng cách đó, bạn bắt đầu dạy cho trẻ khái niệm về nguyên nhân và hậu quả.

9. Cù vào lòng bàn chân trẻ. Bạn có thể cù khắp người bé. Cười là bước đầu tiên giúp bé phát triển khả năng hài hước.

10. Tạo khuôn mặt hài hước khi chơi với bé. Cho bé sờ vào mũi bạn, lúc đó bạn có thể tạo khuôn mặt hoặc âm thanh vui vẻ. Cho bé kéo tai bạn trong khi bạn lè lưỡi ra. Hãy phát ra những âm thanh buồn cười khi bé đập tay vào đầu bạn. Hãy nhắc đi nhắc lại quy luật 3 đến 4 lần, sau đó đổi để luyện cho bé khả năng đoán.

11. Hãy chơi các trò hài hước. Ví dụ chỉ vào ảnh người đàn ông nào đó và gọi anh ta bằng "Mẹ – Mommy". Sau đó nói với bé là bạn "dở hơi" và tự cười với trò đùa của bạn. Bằng cách này, bạn dạy cho trẻ khả năng hài hước.

TẬN DỤNG MỌI CƠ HỘI ĐỂ THIẾT LẬP SỰ GẮN BÓ VỚI BÉ

12. Cho bé bú mẹ, nếu có thể. Những lúc cho con bú là khoảng thời gian quý báu để giao tiếp với bé: hát cho con nghe, nói chuyện với con hoặc đơn giản là xoa đầu và vuốt tóc con.

13. Sử dụng thời gian thay tã cho bé để dạy bé về các bộ phận của cơ thể hoặc khái niệm về quần áo.

14. Hãy tắt TV và điện thoại di động khi có bé bên cạnh. Hệ thần kinh của bé cần sự giao tiếp một – một. Vì vậy, đừng để cho TV và điện thoại làm cả bạn và bé bị phân tâm.

15. Đừng quên nghỉ ngơi: Hãy dành thời gian ngồi bên cạnh bé dưới sàn nhà trong ánh đèn sáng, tắt nhạc đi. Có thể ngồi tận hưởng sự im lặng hoặc chơi trò gì đó với bé. Bạn có thể để bé tự do lựa chọn xem bé muốn làm gì.

HOẠT ĐỘNG THÂN THỂ

16. Hãy làm "sàn chơi – playground" cho bé: Bạn nằm ra sàn, cho bé trèo, bò, trên người bạn. Bằng cách này, bạn giúp bé phát triển sự vận động và khả năng xử lý tình huống.

17. Tập các kỹ năng vận động bằng cách xếp gối dựa, gối kê đầu, các loại hộp hoặc đồ chơi khác nhau trên sàn nhà, sau đó hướng dẫn cho bé cách bò qua, chui xuống dưới và đi xung quanh các chướng ngại vật đó.

18. Hãy dạy và cùng bé nhảy, làm các động tác hoặc bắt chước các tư thế của con vật như gà khuỳnh cánh, so vai, con ngựa ngỏng cổ…

19. Chơi trò "làm theo người hướng dẫn": Nêu các mệnh lệnh để bé làm theo, ví dụ, bò quanh nhà, thay đổi tốc độ, dừng lại ở các góc có đồ chơi hoặc tranh vẽ để chơi, bò tiếp...

20. Hãy để cho bé làm người hướng dẫn: Khi bé lớn hơn 1 chút, hãy gợi ý để bé chủ động đưa ra các hoạt động và bạn bắt chước theo bé: bò qua bò lại, phát ra những tiếng kêu vô nghĩa hoặc cười.

TÌM HIỂU MÔI TRƯỜNG XUNG QUANH

21. Chia sẻ suy nghĩ và đánh giá: Khi đưa bé đi bất cứ đâu, hãy cố gắng mô tả cho bé những gì bạn nhìn thấy hoặc xảy ra. Ví dụ: "Kia là con chó nhỏ, con biết nó sủa thế nào không?", "Con hãy nhìn mấy cái cây kia kìa, hoa nó màu đỏ đấy", hoặc "Con có nghe tiếng động cơ của xe ô tô kia không?". Đấy là cách cực kỳ hiệu quả để dạy và bồi đắp cho bé khả năng ngôn ngữ dẫn tới khiếu văn học sau này, đồng thời giúp bé phát triển đầu óc quan sát, sự tinh tế và logic khi nhìn nhận sự việc xảy ra hàng ngày.

22. Đi mua sắm: Nếu muốn có vài giờ nghỉ ngơi sau những hoạt động như hát và nhảy, hãy đi siêu thị. Cơ hội nhìn những khuôn mặt lạ khác nhau, ngắm các màu sắc đủ loại sẽ có tác dụng kích thích trí tưởng tượng của bé. Hãy tận dụng cơ hội nói chuyện với bé về các loại thức ăn, đồ dùng hàng ngày và các loại quần áo.

23. Hãy thay đổi: Đặt ghế ngồi ăn của bé sang phía khác với bình thường. Bằng cách này, bạn cho bé cơ hội luyện trí nhớ về sự bố trí đồ vật nhìn từ các vị trí khác nhau.

HÃY CHƠI NHỮNG TRÒ MÀ BẠN CÓ THỂ NGHĨ LÀ "NGỚ NGẨN"

24. Thỉnh thoảng, hãy làm bé ngạc nhiên bằng cách thổi vào mặt, tay hoặc bụng bé. Hãy quan sát bé khi bạn thay đổi cách thổi hoặc vị trí để biết bé thích thế nào.

25. Lấy hộp nhựa đựng đồ ăn và giấu một thứ đồ chơi của bé vào dưới một hộp. Thay đổi vị trí hộp để bé tìm được món đồ chơi.

26. Chơi trò giấu rồi lại hiện. Ví dụ, bạn giấu mặt vào sau cái ghế để cho bé tìm, sau đó lại thò mặt ra. Bé sẽ học được rằng: một vật có thể biến mất rồi lại hiện ra.

27. Nếu bé chơi trò vứt đồ chơi xuống sàn làm cho bạn phát điên vì cứ phải nhặt hộ, hãy giúp bé lúc bé chưa biết đi. Khi bé lớn hơn một chút, hãy dạy bé tự nhặt lên. Bé đang quan sát lực hấp dẫn của trái đất đấy.

DẠY CON DÙNG TAY PHÂN BIỆT CHẤT LIỆU

28. Nếu bé muốn dùng tay kéo một vài tờ giấy ăn từ hộp, hãy cho bé làm. Một vài ngàn đồng tiền giấy sẽ dạy cho bé cảm giác về vật liệu.Bé có thể vò, gập hoặc quấn tròn giấy lại. Bạn có thể giấu một thứ đồ chơi của bé dưới tờ giấy để bé tự lật giấy ra lấy lại.

29. Hãy giữ một hộp có các vật liệu khác nhau như vải cứng, miếng gỗ nhỏ, nilon… Rất nhẹ nhàng dùng các vật khác nhau thoa lên má, chân và bụng bé, đồng thời mô tả cho bé về cảm giác khi xoa các vật đó lên cơ thể.

30. Hãy bế bé đi xung quanh nhà và giúp bé sờ tay vào các đồ vật khác nhau như cửa sổ nhôm lạnh, kính, bàn gỗ, quần áo hoặc các loại lá cây (nói chung là các vật mà tay bé có thể an toàn khi sờ vào) và mô tả cho bé nghe về vật đó.

31. Hãy cho con bạn chơi với đồ ăn của chúng. Khi bé bắt đầu ăn dặm, hãy cho bé ăn các loại thức ăn có màu sắc và hình dáng khác nhau: đậu, mì, rau, trái cây. Mô tả cho bé nghe và gọi tên từng món. Bé sẽ tập dùng tay bốc đồ, đồng thời bắt đầu làm quen với cảm giác sờ vào từng loại đồ ăn.

DẠY BÉ NGÔN NGỮ VÀ ĐẾM

32. Bạn có thể chọn mỗi tuần cho bé một loại chữ cái. Ví dụ, tuần này đọc các câu chuyện có tiêu đề bắt đầu bằng chữ A, ăn các loại món ăn có từ bắt đầu chữ A. Bạn có thể cắt trái cây hoặc rau củ thành hình chữ A và viết chữ A lên bảng.

33. Đếm mọi thứ xung quanh: Đếm ngón tay và ngón chân, đếm số bậc thang trong nhà. Hãy tập thói quen đếm to, rõ ràng để bé nghe, dần dần bé sẽ bắt chước.

34. Đọc sách cho bé nghe: Đọc hàng ngày, đọc vào bất cứ lúc nào bạn có thời gian. Các nhà nghiên cứu đã kết luận: trẻ 8 tháng tuổi đã có thể nhận biết sự lặp lại của từ khi bạn đọc cho bé nghe lần thứ 2 hoặc 3. Đây là cách tốt nhất giúp bé học ngôn ngữ.

35. Chọn những câu chuyện bé thích. Lấy tên bé thay vào tên của nhân vật chính, bé sẽ rất thích.

36. Dẫn bé đến thư viện hoặc hiệu sách, đọc cho bé nghe tại đó. Chỉ và đọc cho bé nghe tiêu đề các quyển sách trẻ con được xếp trên kệ.

LUYỆN TRÍ NHỚ CHO BÉ

37. Hãy làm album gia đình, cho vào đó ảnh của những họ hàng xa gần và cho bé xem thường xuyên, nói cho bé nghe tên của từng người. Khi ai đó gọi điện nói chuyện với bé, hãy chỉ ảnh người đó sau khi bé nói chuyện hoặc nghe xong.

38. Hãy làm quyển album các loại động vật. Khi dẫn con đi xem vườn thú, hãy chụp ảnh từng loại thú. Dạy bé tiếng kêu của từng loại động vật có trong album, kể hoặc đọc cho bé nghe các câu chuyện về loài vật. Tóm tắt các câu chuyện sau khi đọc, để luyện cho bé nhớ nội dung tóm tắt.

39. Hãy cùng bé xem lại các băng video cảnh bé tắm, lúc bé bắt đầu biết lật, khi bé chơi với ông bà…

40. Hãy chuẩn bị hai cái ảnh giống nhau của những người trong gia đình và chơi trò dạy bé tìm hai ảnh giống nhau. Khi bé lớn hơn, bạn có thể luyện trí nhớ bằng cách cho bé tìm một người có trong hai bức ảnh khác nhau.

41. Hãy chỉ vào các chi tiết tranh trong sách sau khi đọc cho bé nghe, rồi hỏi các câu hỏi để bé tập trả lời. Ví dụ, tại sao con chó này lại sủa? Tại sao em bé này khóc?

42. Nếu bé khỏe mạnh, có thể cho bé chơi vài phút dưới trời mưa, cùng bé ngồi trên bãi cỏ ướt. Bé sẽ học được khái niệm và cảm giác của sự khô và ướt.

43. Thỉnh thoảng, hãy cho bé làm "sếp". Ví dụ, cho bé lựa chọn màu của cái bát sẽ dùng ăn bữa cơm, cái áo hoặc quần bé mặc ngày hôm đó. Bé sẽ hiểu rằng ý thích của bé được cân nhắc, đồng thời bạn có thể cho bé thực tập gọi tên các màu bé chọn.

44. Hãy cho bé chơi hoặc mặc những bộ quần áo, mũ, găng tay cũ của bố mẹ. Bạn hãy giả vờ không nhận ra bé để thử xem bé sẽ tưởng tượng ra những tình huống gì.

45. Hãy động viên khi bé nghĩ ra các kiểu chơi mới với các đồ chơi cũ.

46. Hãy nói chuyện về các cảm giác như vui, buồn, giận dữ với bé. Khi bé chuẩn bị ngủ, hãy hỏi xem những gì làm cho bé hạnh phúc và vui vẻ ngày hôm đó và cái gì làm bé buồn hoặc cô đơn. Hãy giúp bé kể lại các cảm giác của ngày hôm đó, giúp bé gọi tên cho từng cảm giác. Việc này nên được làm hàng ngày cho đến khi con bạn vào đại học.

47. Cho bé xem ảnh của các con vật vô hại và dẫn bé đi công viên, chỉ hoặc cho bé sờ vào các con vật đó (kiến, bướm, dế…)

48. Chỉ và giải thích cho bé các loại màu khác nhau. Đi trên đường, hãy hỏi để bé trả lời và tập mô tả các màu bé đã biết.

49. Hãy cho bé tham gia vào các công việc vừa sức. Ví dụ, trẻ hơn 1 tuổi đã có thể nhận biết và nhặt quần áo của bé từ rổ đồ đã giặt sạch.

50. Dạy bé về khái niệm to, nhỏ. Chọn một số hộp nhựa có kích thước khác nhau. Hãy để bé đổ nước từ hộp này sang hộp kia và giải thích lý do vì sao cùng một số lượng nước, mà cho vào hộp này thì đầy, hộp khác lại vơi.

... Khi con có vấn đề, dù nhỏ hay lớn và con cầu cứu bố mẹ, xin các bạn đừng mắng mỏ, chì chiết. Con cần bố mẹ nâng đỡ về tinh thần, cho lời khuyên về giải pháp, bàn bạc để giúp chúng giải quyết vấn đề. Đừng bao giờ nghĩ là chúng chưa cố gắng hết mình hay chúng đang vòi vĩnh, đang "làm nũng" với bố mẹ. Đừng đẩy con lọt vào vực thẳm tâm lý, hậu quả có thể sẽ rất lớn.

PHẦN IV: Du học

Chuẩn bị cho con du học

Gần 17 năm trước, khi bắt đầu chiến dịch "thu gom" sách và đọc để chuẩn bị cho việc có con, tôi thực sự bị "choáng". Biết bao khái niệm đã hình thành trong tôi từ những ngày còn thơ bé, gần như đã trở thành bất di bất dịch, dần dần vỡ tan như bong bóng xà phòng.

Phải sau gần một năm, tôi mới bắt đầu hiểu ra một sự thật:

Ở các nước phát triển, cụ thể là Anh và Mỹ, hầu hết các ông bố bà mẹ đều có kế hoạch và sự chuẩn bị chu đáo trước khi quyết định có con. Đối với họ, quyết định có con là tự nguyện chứ không bị ai ép buộc hoặc tác động vào. Khi một đứa trẻ được sinh ra, ngoài niềm vui, đó là trách nhiệm lớn lao của bố mẹ đối với con và với xã hội. Ở các nước này, giáo dục phổ thông trong hệ thống trường công của nhà nước (cho công dân họ) là bắt buộc và miễn phí hoàn toàn. Còn học đại học lại là việc khác: Muốn cho con học đại học, các ông bố bà mẹ có hai cách:

1. Lập kế hoạch tài chính ngay khi (hoặc thậm chí trước khi) đứa trẻ được sinh ra: Với các gia đình có khả năng, họ có thể mở một tài khoản riêng dành cho việc học đại học của con hoặc mua bảo hiểm thời hạn 18 năm để khi con đủ 18 tuổi, bố mẹ sẽ có một khoản tiền giúp chúng học đại học. Nhìn chung, không có nhiều ông bố bà mẹ thực hiện phương án này.

2. Vì bố mẹ chỉ phải có trách nhiệm với con đến 18 tuổi nên học đại học là việc của con. Con muốn vào đại học phải vay tiền từ các nguồn, rồi trả dần khi bắt đầu đi làm việc. Vậy mới có cảnh ở Mỹ, có người khi về hưu vẫn chưa trả hết nợ học đại học.

Ở Việt Nam, rất ít cha mẹ lập kế hoạch chuyện học hành của con một cách chu đáo. Tôi chưa thấy ai hỏi tôi về việc lập kế hoạch cho con học đại học ngay khi đứa bé vừa được sinh ra. Ngược lại, các bậc phụ huynh bắt đầu nghĩ đến và chuẩn bị cho con đi du học lúc chúng 15 – 16 tuổi đã được khen là biết chuẩn bị sớm. Còn theo tôi, lúc đó cũng đã là hơi muộn (nếu không muốn nói là rất muộn).

Sẽ có một câu hỏi to tướng phát sinh: Chuẩn bị gì mà kỹ thế? Cứ có tiền bỏ ra là đi DU HỌC được mà? Theo quan điểm của tôi, sau khi tốt nghiệp phổ thông, học bất cứ cái gì, kể cả đại học, đều là một dạng đầu tư và là quyết định đầu tư quan trọng nhất cho cuộc đời của con cái. Nếu bạn lập kế hoạch sớm và đúng (không chỉ về tài chính) thì tiền vốn phải bỏ ra có thể sẽ không đáng kể, nếu không nói là hầu hết mọi người có thu nhập trung bình đều có thể đủ sức cho con du học. MIỄN LÀ BẠN PHẢI TÌM HIỂU ĐỦ THÔNG TIN VỀ HỆ THỐNG GIÁO DỤC CỦA CÁC NƯỚC KHÁC NHAU và phải biết đủ sớm để còn kịp chuẩn bị.

Còn nhớ, cách đây 8 năm, khi một cậu cùng công ty tôi kể về cô con gái 10 tuổi mới chuyển từ Hà Nội vào, đang học tiếng Pháp, tôi khuyên rất nhiệt tình: "Nếu em đủ khả năng, cho con vào học trường Pháp", hình như chi phí lúc đó gần 1.500 – 2.000 Euro/năm. Cô bé đó hiện nay đang học tại Pháp, mỗi năm bố mẹ vẫn chỉ phải trả tổng cộng 2.000 Euro vì được tài trợ một phần tiền ăn ở (còn rẻ hơn học đại học ở Việt Nam?) Chắc nhiều người biết, học đại học ở các nước châu Âu (trừ ở Anh), học sinh ngoại quốc được đối xử tương tự với dân bản địa. Do vậy, hầu hết các em không phải trả học phí, chỉ phải lo tiền ăn ở. Rất nhiều bạn trẻ chỉ cần bố mẹ lo cho 6 tháng hoặc 1 năm đầu, sau đó là vừa học vừa làm, thậm chí còn dư tiền bỏ tiết kiệm. Nếu biết trước là thu nhập hạn hẹp, sao bạn không nghĩ đến phương án này từ sớm và thay vì "chạy theo đám đông" để bằng mọi cách cho con học tiếng Anh, có ai nghĩ TIẾNG ĐỨC, TIẾNG PHÁP sẽ là giải pháp? Nếu con bạn thành thạo ngôn ngữ đó (được học từ sớm), chắc chắn sẽ kiếm được những tài trợ cho phần tiền phải trả cho việc ăn ở.

Tất nhiên, với những gia đình có điều kiện hơn về kinh tế, thì tiếng Anh (và du học ở những nước nói tiếng Anh) vẫn là lựa chọn số 1. Trong các bài tiếp theo, tôi sẽ chia sẻ kỹ về việc chuẩn bị cho con du học Anh và Mỹ.

Tôi đã gặp gỡ nhiều sinh viên Việt Nam du học ở nước ngoài. Nói chuyện với các em, tôi cảm thấy vừa thương, vừa xót xa, lại tiếc và giận. Tiếc là nhiều gia đình, bố mẹ phải "thắt lưng buộc bụng" cho con đi du học để rồi các em "thu mình", sống cuộc sống y xì ở Việt Nam, thu gọn mọi sinh hoạt trong cộng đồng sinh viên Việt Nam. Thậm chí, có những em chỉ ở lỳ tại ký túc xá, không biết bất cứ danh lam thắng cảnh nào của chính thành phố đó. Các cụ nói "đi một ngày đàng, học một sàng khôn", còn nhiều em thì bay đến "mấy ngày đường" mà cái sàng khôn (không chỉ về học vấn) chẳng được bao nhiêu. Quà bố mẹ gửi cho các em là những thùng mì ăn liền to đùng mà cái hại của mì ăn liền thì chắc ai cũng biết? Nhiều em, khi tôi rủ đi ăn, không hề biết ăn đồ Tây, chỉ thích vào quán Việt hoặc quán Tàu. Ô hay, đồ Việt và đồ Tàu mình tự nấu được, sao không thử các đồ ăn khác? Còn giận là giận bố mẹ các em, không biết chuẩn bị tâm lý và cách sống, cách nghĩ "thoáng hơn" (open minded) cho con từ sớm, để chúng có thể học được những điều hay, tốt của đất nước mà mình may mắn có dịp sinh sống. Có thể nhiều người lo lắng về việc con mình bị "Tây hóa", rồi hành xử y như Tây trong mọi trường hợp? Thay vì muốn chúng khép mình để khỏi "hư", hãy dạy chúng biết phân biệt điều hay và cái dở. Nhưng điều cơ bản mà các bậc phụ huynh hay "kêu ca" đó là "nó không nghe lời bố mẹ nữa". Cái này thì tôi không tán thành. Với những việc của cuộc đời chúng, hãy để cho con tự quyết định. Cái bạn cần chuẩn bị cho con trước tiên là trách nhiệm của chính nó với bản thân. Con bạn sẽ không bao giờ có trách nhiệm với bản thân hoặc với ai khác nếu mọi việc bạn quyết hộ và bắt chúng làm theo.

Trước khi quyết định cho con đi du học sớm, bạn phải cân nhắc thật kỹ để đảm bảo con bạn đã được chuẩn bị tốt nhất. Nên xác định trước ít nhất 1 – 2 năm, với các việc cụ thể cần chuẩn bị như sau:

1. Về ăn uống: Cách chăm sóc của các bà mẹ Việt Nam hay làm cho các cháu rất khó tính trong việc ăn uống và chỉ có thể ăn được các món do mẹ nấu. Tôi đã từng gặp những cô cậu (tuổi cũng đã lớn, trên 15 – 16) khi ăn gì cũng so với các món mẹ (bà) từng nấu. Ăn cơm cùng, có cháu còn nói bác phải làm đậu phụ (thịt xá xíu) như ở nhà cháu hay ăn. Tôi liền bảo: "Cháu có lựa chọn là tự làm hoặc về nhà ăn. Nhưng tốt nhất là cháu nên làm quen với các loại đồ ăn khác nhau, thì sẽ có cuộc sống thoải mái và dễ chịu hơn". Nên cho các cháu ăn nhiều loại đồ ăn, cũng đừng "nâng cao" hoặc ca ngợi một món nào đó do bố, mẹ hoặc bà làm bởi mục đích có thể là chỉ làm cho người lớn vui lòng nhưng sẽ gieo vào tâm lý trẻ con là các món ăn khác là không chấp nhận được. Chúng sẽ từ chối thử, trước tiên là món ăn mới, rồi các hoạt động mới. Tôi vẫn nghe các bà mẹ khoe một cách tự hào: "Chồng (con) em khó tính lắm. Chỉ có em nấu thì mới chịu ăn thôi!". Đó có thể là niềm vui trong gia đình, nhưng lại vô tình trở thành "lực cản rất lớn", khi con vào đời.

Vì hết sữa, tôi bắt đầu cho con ăn dặm lúc 3,5 tháng. Tôi lên thực đơn tất các các loại đồ ăn phù hợp với lứa tuổi và xoay tua cho con ăn. Món con thích, tôi cho ăn 2 lần/tuần, món ít thích hơn thì 1 lần/tuần. Bằng cách sử dụng sách, truyện tranh, tôi làm quen dần cho con cách ăn sao cho khoa học, ít tốn thời gian và giúp ta khỏe mạnh. Mỗi tuần, tôi cùng con ra ăn ngoài một vài lần, để con làm quen với món ăn của các dân tộc khác. Tôi cũng hay tâm sự với con: "Có những món mình thích và những món mình không thích. Khi có điều kiện, mình có thể lựa chọn. Nhưng khi không có điều kiện thì phải cắn răng mà nhai, mà ăn để tồn tại đã". Con gái tôi rất thấm nhuần quan điểm này.

2. Về sinh hoạt: Các cháu có cuộc sống khép kín, ít bạn bè, bố mẹ lại hầu như không chia sẻ, tâm sự với con, sẽ hay có vấn đề về tâm lý khi đi xa môi trường quen thuộc. Hãy tâm sự với con, dạy con cách làm quen với người lạ, cách chia sẻ với người khác khi họ có khó khăn. Và cũng đừng ngại ngần tìm sự giúp đỡ khi mình có khó khăn. Khi con tâm sự với bố mẹ, đó là con cần một chỗ dựa, một lời khuyên, một sự thông cảm. Nếu bố mẹ cứ nghĩ là con chưa cố gắng, chưa quyết tâm và lại định "củng cố" sự quyết tâm đó bằng cách mắng mỏ và gạt đi, đó là bạn đang đẩy con vào sự cô đơn và mất định hướng.

3. Về khả năng sử dụng tiếng bản địa tại nơi con sẽ đến: Các bạn hãy tưởng tượng xem, ta nói tiếng Việt từ khi 1 – 2 tuổi. Vậy mà khi đến một địa phương nào đó cùng nói tiếng Việt nhưng có phát âm khác với nơi ta sống, ta cũng phải mất vài tuần để làm quen và hiểu họ nói gì. Con cái ta học ngoại ngữ được vài ba năm, sang xứ họ, nghe được vài câu chào hỏi đã là khá. Nếu bạn không xác định rõ cho con là chẳng việc gì phải xấu hổ khi con nói mà họ không hiểu, hãy nhắc lại cho đến khi họ hiểu. Nói thật, cách đây 35 năm, trong những lần làm việc bằng tiếng Anh, tôi nói bằng tay là chính. Nếu họ không hiểu, tôi hay đùa họ là: "Sao tiếng Anh ông (bà) kém thế, để hôm nào rảnh tôi dạy ông nhé!". Tất cả phá lên cười, tôi cũng thấy thoải mái hơn. Hãy tập cho con sự tự tin, ham học hỏi, không ngại giao tiếp và không cần xấu hổ khi mình không làm điều gì xấu hoặc cư xử bất lịch sự. Rất đáng mừng là khả năng ngoại ngữ của các cháu bây giờ giỏi hơn thời chúng tôi nhiều nhưng để giao tiếp thoải mái, cần sự tự

tin, sự cố gắng hòa nhập vào môi trường mới. Kỹ năng đó rất kém ở người Việt Nam chứ không chỉ riêng con cháu chúng ta.

Nếu chưa chuẩn bị được ít nhất là mấy điều kiện trên, lời khuyên của tôi là chưa nên cho con đi du học.

Có một cách rất tốt để thử xem con đã sẵn sàng chưa: Hãy tự tìm và đăng ký cho con đi một trại hè nào đó (2 – 3 tuần) ở nước dự kiến cho con du học. Không nên đi theo các trung tâm tổ chức cho học sinh Việt Nam mà hãy cho con đi một mình, đến một trại hè không có người Việt Nam nào tham gia. Sau kỳ đi đó, chắc chắn con bạn sẽ hiểu rõ hơn cuộc sống đó có phù hợp với chúng không. Chỉ sau một kỳ trại hè do tôi tự tìm và đăng ký cho con gái tại Anh 3 tuần, lúc hơn 7 tuổi, con tôi đã tự quyết định và yêu cầu tôi cho đi du học.

Du học Anh

Trước khi quyết định cho con đi du học tại Anh, bạn nên hiểu rõ về hệ thống giáo dục của họ. Nền giáo dục Anh quốc được tổ chức rất tập trung từ trên xuống dưới (highly centralized), trường tư hay trường công, trường ở trung tâm hay vùng xa đều phải tuân thủ quy định này. Tôi sẽ không nói về các lớp nhỏ, chỉ tập trung vào 4 năm học cuối.

Hệ giáo dục của Anh có 13 năm, bốn năm cuối được chia thành 2 giai đoạn:

1. Lớp 10 và 11 (viết tắt là GCSE): Trong 2 năm này, các em học 9 – 12 môn (ít nhất là 9 môn), trong đó có 6 môn bắt buộc (toán, lý, hóa, sinh và 2 môn tiếng Anh) còn lại là tự chọn (các em có thể chọn từ 3 đến 6 môn bất kỳ). Tháng 5 và 6 hàng năm, cũng như ở Việt Nam, là mùa thi ở Anh. Nó căng thẳng không kém thi đại học ở Việt Nam, nhất là nếu các em học tại các trường xếp thứ hạng cao trong bảng xếp hạng. Hầu như cả năm lớp 11, các em phải chúi đầu vào học chỉ với mục đích là thi. Các trường đều có tổ chức thi thử (trường con gái tôi thi thử vào tháng 12 của năm trước đó). Với những em muốn thi vào Oxford hoặc Cambridge, tiêu chuẩn để họ xét hồ sơ là phải được ít nhất 6 điểm A* (A sao). Năm ngoái, con gái tôi đã qua kỳ thi này và cảm giác của tôi là kinh khủng. Việc học và trải qua kỳ thi này đã đánh một đòn tâm lý khá mạnh vào con, khiến cho cháu ghét luôn việc học ở Anh. Tôi không hề ép cháu học, cũng nói rõ cháu không cần phải đạt tất cả điểm A*. Cái làm tôi ân hận là từ khi cháu còn bé, tôi hay dạy cháu cố gắng hết sức (try your best), còn kết quả thì không quan trọng nếu con đã hài lòng với sự cố gắng của mình. Nếu được làm lại, tôi sẽ chia sẻ thêm: mình phải có thứ tự ưu tiên, chứ cái gì cũng cố gắng hết sức thì cuộc sống sẽ rất căng thẳng. Dù mẹ không hề gây sức ép (thậm chí còn động viên con học ít đi) nhưng không khí trong trường của con không hề ủng hộ tôi. Con chịu sức ép từ giáo viên, bạn bè và vì ở nội trú, tôi không can thiệp vào được. Năm con học lớp 11, thấy con hầu như không có lấy một lúc nghỉ ngơi (kể cả khi về Việt Nam trong các kỳ nghỉ), tôi chỉ thầm cầu mong cho thời gian trôi thật nhanh, cho hết cái năm kinh khủng này.

Nếu quyết định cho con du học Anh sớm từ bậc phổ thông trước mức GCSE, chậm nhất là từ lớp 9, các con đã phải bắt đầu chuẩn bị cho kỳ thi này. Tiếng Anh của các con phải thật tốt nếu không sẽ mất hết tự tin khi vào học bằng tiếng Anh cả 10 môn. Hãy suy nghĩ rất kỹ khi chọn các trường thứ hạng cao trong bảng xếp hạng bởi thi vào đã khó (con gái tôi thi vào trường đó lúc cháu 11 tuổi, sau 2 năm ôn luyện đủ kiểu cả toán, tiếng Anh, đàn, hát...), học giỏi để không mất hết tự tin khó hơn gấp bội. Nghĩ lại tôi còn thấy khiếp.

2. Lớp 12 và 13 (gọi là A level): Vẫn là bậc phổ thông, nhưng có thể coi đây là hai năm dự bị đại học. Học sinh có thể chọn học từ 3 – 5 môn. Các trường đại học danh tiếng nhất cũng chỉ cần kết quả của 3,5 môn (nghĩa là năm lớp 12 học 4 môn, lớp 13 học 3 môn). Kỳ thi GCSE căng thẳng một, thì kỳ thi này căng thẳng gấp đôi là ít. Được cái, hầu hết học sinh Việt Nam sang học A level đều chọn các môn: toán, toán cao cấp, kinh tế, lý, hóa... nên đòi hỏi về tiếng

Anh không thật căng thẳng như mức học để thi GCSE. Các bậc phụ huynh cũng nên khuyên con là chỉ cần học đủ 3,5 môn chứ vì sĩ diện hoặc “tiếc của giời”mà chọn học 5 môn thì “tai họa” đấy! Tôi đã biết có mấy trường hợp học sinh ngoại quốc (trong đó có Việt Nam) chọn học 5 môn nhưng lại không đủ tỉnh táo để bỏ bớt ngay khi quá tải nên suýt bị thần kinh. Lời khuyên của tôi là: Nếu bạn có khả năng và muốn cho con đi du học sớm, hãy đi vào lúc này (cháu học hết lớp 10 hệ Việt Nam là có thể đi được).

Một số trường đại học ở Anh, để đáp ứng nhu cầu du học của sinh viên ngoại quốc, có tổ chức năm học dự bị. Con bạn có thể học xong lớp 11 tại Việt Nam, học 1 năm dự bị rồi vào thẳng đại học.

Nếu đã học xong lớp 12 tại Việt Nam và tiếng Anh thật tốt, con bạn cũng có thể nộp hồ sơ xin vào thẳng năm thứ nhất đại học.

Về tính chất các loại trường phổ thông tại Anh:

❀ Các trường từ lớp 7 – 13 (11 đến 19 tuổi) thường dành cho học sinh Anh, rất ít ngoại quốc và các loại trường này rất đặc trưng cho giáo dục Anh cổ điển với các hoạt động phong phú, đa dạng. Các cháu sẽ được phát triển rất toàn diện về mọi mặt (chỉ ghét nhất là kỳ thi GCSE và Alevel).

❀ Các trường chỉ có Alevel sống dựa chủ yếu vào nguồn sinh viên ngoại quốc, chủ yếu là châu Á. Đặc biệt, có một số trường đứng thứ tự rất cao trong bảng xếp hạng nhờ vào khả năng học các môn tự nhiên của sinh viên châu Á (thường học sinh châu Á cũng có lựa chọn y như học sinh Việt Nam: học các môn tự nhiên và kinh tế).

Trong hệ thống của Anh, ngoài những học sinh thực sự xuất sắc của đất nước, một vài trường hợp học bổng mà báo chí hay đưa tin chỉ là hình thức tiếp thị vì họ biết rõ dân châu Á (đặc biệt là Việt Nam) rất thích khoe con mình học giỏi, được học bổng. Cứ nói được học bổng thì có hai cái lợi: khỏi bị ai tò mò thóc mách bắt chứng minh nguồn tiền và được tiếng thơm, thoả mãn cái oai của cả gia đình. Có những trường công bố mức học phí rất cao rồi cho học bổng, chỉ để chiều tâm lý cả bố mẹ lẫn con.

Vì vậy, kể cả khi được cho tới 50% học bổng học phí, thì tổng chi phí cho việc học một năm ở Anh (phụ thuộc vào trường) sẽ vào khoảng 20.000 – 35.000 bảng Anh, nếu ở ký túc xá của trường thì sẽ đắt hơn. Hầu hết các trường lớn đều có căng tin dành cho sinh viên, giá rất rẻ (thậm chí còn rẻ hơn tự nấu) nhưng hầu hết sinh viên Việt Nam “ăn không nổi” vì chỉ thích đồ Á. Còn ở nhà dân (gọi là home stay) hoặc chung nhau thuê nhà để ở, chi phí sẽ rẻ hơn đáng kể. Các học sinh chăm chỉ có thể tự nấu ăn, vừa hợp khẩu vị, vừa rẻ nhưng sẽ mất nhiều thời gian. Đi chợ bên đó không tiện như ở Việt Nam, đặc biệt là khi sử dụng phương tiện công cộng.

Du học Mỹ

DU HỌC CẤP PHỔ THÔNG

Xin lưu ý là hệ thống giáo dục của Mỹ khác nhiều so với hệ thống của Anh: liên bang chỉ thống nhất chương trình cơ bản (curriculums), các bang tự đưa ra chương trình cụ thể và tự kiểm soát. Các trường tư không bắt buộc phải theo sát chương trình này, miễn là đảm bảo chất lượng. Thực ra, với sự cạnh tranh khốc liệt của vô vàn trường tư ở Mỹ, các trường tốt phải đảm bảo nhiều điều kiện để có thể kêu gọi được tài trợ, tuyển được đủ học sinh. Do vậy, việc lọt vào các trường trong top 30 (bảng xếp hạng), rồi hy vọng được học bổng hoặc trợ giúp tài chính là rất khó; còn để vào được các trường dưới mức đó, chỉ cần có chuẩn bị, bản thân phụ huynh và học sinh phải hiểu rõ khả năng của mình, không thật sự khó.

Hệ trường công ở Mỹ không nhận học sinh nước ngoài, nên tôi chỉ tập trung vào các trường tư. Ở Mỹ, học phổ thông có 12 năm, bốn năm cuối (high school) là từ lớp 9 đến lớp 12. Lớp 9 (gọi là năm freshman), mỗi trường trung học phải tuyển nhiều để lấp đầy số lượng. Trong 4 năm học này, năm lớp 11 là vất vả nhất. Học sinh phải vừa học, vừa luyện thi SAT, rồi tham quan để chọn trường đại học, sau khi chọn xong thì chuẩn bị hồ sơ... (tại sao phải sớm thế, tôi sẽ giải thích ở dưới "Du học đại học" sau). Vì vậy, tôi có lời khuyên: nếu bạn nào muốn cho con đi du học ở Mỹ từ cấp phổ thông, nên bắt đầu chậm nhất là lớp 10 (tức là học xong lớp 9 hệ Việt Nam hoặc xong lớp 10 hệ Anh). Bằng cách đó, các cháu sẽ có 1 năm lớp 10 để làm quen, rồi lớp 11 lao vào guồng quay căng thẳng trên. Sau khi hoàn tất hồ sơ vào đại học, thời gian còn lại của lớp 12 tương đối nhàn nhã.

Ở Mỹ, không có chuẩn chung, cũng chẳng có bất cứ kỳ thi tốt nghiệp quốc gia nào theo kiểu thi ở Việt Nam hoặc kỳ thi GCSE và Alevel ở Anh. Do vậy, các bảng xếp hạng hay lấy tiêu chí gọi là "Hệ số thông minh", tiếng Anh là Smart Rating. Ví dụ, những trường hạng cao nhất lấy chỉ số này là 100, còn các trường thấp nhất là khoảng 30 (http://boarding-schools.startclass.com/). Nếu con bạn không phải cực kỳ xuất sắc, chớ dại mà động viên cháu vào các trường top 20, cực kỳ khó. Để thi vào các trường này, con sẽ phải viết trung bình 3 – 4 bài luận văn về nhiều đề tài, gửi ví dụ một vài bài luận đã viết và có lời phê của giáo viên trường hiện tại, phải thi SSAT hoặc ISEE (các kỳ thi tương tự như SAT để vào đại học) và học bạ phải rất đẹp, không chỉ điểm mà còn là chất lượng các lời phê của từng giáo viên. Với các trường này, phỏng vấn (trực tiếp hoặc qua Skype) là bắt buộc.

Các trường tư tại Mỹ rất ít khi có trợ giúp tài chính hoặc học bổng cho học sinh ngoại quốc, trừ trường hợp họ nhận thấy con bạn rất giỏi so với mức trung bình của trường. Họ muốn "chèo kéo", đánh vào tâm lý sĩ diện, thích khoe con được học bổng cho oai của dân ta. Vì vậy, nếu các bạn có đủ khả năng tài chính, hãy cùng con tìm trường vừa sức học của cháu (nếu trường dưới khả năng sẽ rất phí, mà trên khả năng thì cháu có thể bị mất hết tự tin vì không theo kịp). Đừng cố công ép con phải có học bổng mà rơi vào một trường chẳng thấy

đâu trong bảng xếp hạng (nghĩa là hệ số thông minh trung bình của trường đó ở mức dưới 30). Vậy thì thà học ở Việt Nam, bạn dành thêm thời gian giúp con sẽ hiệu quả hơn và đỡ tốn tiền vô ích. Xin cung cấp một số con số cho bạn lập kế hoạch: tổng chi phí học và ăn ở khoảng 30.000 – 55.000USD/năm. Nếu con bạn ở nhà dân (home stay), chi phí sẽ rẻ hơn 5.000USD – 7.000USD/năm. Lại một lời khuyên tiền nào của nấy. Ở nội trú, các cháu có rất nhiều cơ hội tham gia các hoạt động bổ ích và đa dạng như chơi thể thao, công tác xã hội, tham gia các câu lạc bộ khác nhau. Ví dụ, hiện lịch học của con gái tôi như sau: ngày thường học từ 08h30 đến 14h30 (nghỉ 1 tiếng ăn trưa), từ 14h30 đến 17h00 là thể thao bắt buộc, ăn tối lúc 17h30, còn từ 19h00 đến 20h là tự học bắt buộc (tất cả phải học, có người đi kiểm tra), 10h30 phải tắt đèn đi ngủ.

Làm sao biết trường nào phù hợp với con: Các bậc cha mẹ ở Việt Nam vẫn hay đặt tương lai của con vào hội chứng “số đông”: nghĩa là cứ đi hỏi lung tung, nghe ai đó nói là trường này trường kia tốt lắm là tin sái cổ. Một cách nữa là hỏi người nhà ở bên Mỹ nếu họ không quan tâm tìm hiểu, thì dù sống bên Mỹ, thông tin cũng chưa chắc đầy đủ và toàn diện, nếu có dự kiến cho con đi du học, cách hay nhất là cùng con vào các bảng xếp hạng, xem các tiêu chí: tổng số học sinh của trường, % người được nhận trên tổng số người nộp hồ sơ, các chi phí... từ trước khi đi học khoảng 18 tháng. Một tiêu chí rất rõ ràng để biết là trường khó vào hay không là thời hạn nộp hồ sơ. Tất cả các trường thứ hạng cao trong bảng xếp hạng đều có thời hạn chậm nhất để họ nhận hồ sơ là 15/01 của năm đó (nghĩa là nếu tháng 9 nhập trường, hồ sơ phải xong vào 15/01). Các trường càng cho nộp hồ sơ chậm, thứ hạng càng thấp trong bảng. Sau khi đã hiểu bảng xếp hạng, bạn nên khuyến khích con chọn ở mỗi khoảng 1 – 2 trường, rồi vào website của trường đó xem điều kiện để họ chấp nhận: điều kiện xét tuyển, các việc phải làm để hoàn tất hồ sơ... Nếu hiểu rõ sức học của con, bạn sẽ có thể giúp con lựa chọn trường phù hợp. Lưu ý: Nếu bạn không giúp và cùng con làm những việc này, chẳng ai có thể làm hộ. Bằng cách tham gia tìm trường cùng con, bạn sẽ dạy chúng được rất nhiều bài học: tìm cơ hội trong cuộc sống, tính kiên trì, quyết tâm và giúp cháu học tiếng Anh một cách rất hiệu quả. Một tiếng/ngày với con để tìm hiểu về các trường sẽ hiệu quả hơn tất cả các trung tâm tư vấn du học, thậm chí là các buổi học thêm triền miên chỉ làm trẻ lú lẫn đi thay vì học được điều bổ ích.

– Với các cháu có học lực thực sự giỏi hoặc xuất sắc: Bạn hãy đặt mua sách luyện thi SSAT hoặc ISEE, khuyến khích hoặc cùng cháu tự luyện (có thể bắt đầu khi cháu học lớp 7 hoặc 8). Bằng cách này, cháu cũng được luyện từ sớm về thi SAT. Nếu điểm SAT của cháu sau này cao (Math + Verbal đạt trên 1350) và bạn có kỹ năng chọn trường và chọn sớm, bạn có thể yên chí là kiểu gì con cũng kiếm được học bổng hoặc trợ giúp tài chính, phần bạn phải tự chi trả sẽ khá ít. Tôi sẽ nói kỹ hơn về việc này ở phần sau.

Du học đại học

Trước tiên, tôi sẽ nói về hệ thống các trường đại học của Mỹ. Đối với sinh viên nước ngoài ở cấp đại học, trường công và trường tư không khác nhau nhiều, nếu đã cùng thứ hạng trong bảng xếp hạng. Thường thì trường có thứ hạng càng cao thì càng đắt. Các trường tư đắt hơn trường công nhưng lại dễ xin học bổng và trợ cấp tài chính hơn. Trường công hay có mức học phí cao hơn đối với sinh viên nước ngoài nhưng cũng có những trường công nằm ở các nơi xa xôi hẻo lánh, ít dân cư thu tiền học cùng mức cho cả dân Mỹ và ngoại quốc, chi phí ăn ở cũng rất hợp lý (tôi đã tìm được những trường nằm trong top 100 của bảng xếp hạng, chưa cần có học bổng gì thì tổng chi phí một năm chừng 18.500USD – 20.000USD). Vậy làm sao để chọn được trường phù hợp? Về bậc đại học, ta buộc phải đau lòng chấp nhận với nhau là dù trường có thứ hạng nào trong bảng xếp hạng đi chăng nữa, chất lượng cũng hơn đại học ở Việt Nam.

Để làm quen với các bảng xếp hạng, tôi hay dùng bảng của US News: http://colleges.usnews.rankingsandreviews.com/bes…/rankings… Họ có tất cả 4 bảng riêng biệt:

1. Xếp hạng quốc gia (National Universities Ranking).

2. Xếp hạng các trường nghiêng về các ngành xã hội và kinh tế (National Liberal Art Colleges).

3. Xếp hạng các trường đại học theo vùng (Regional Universities Ranking): các trường lớn, có đào tạo đại học và sau đại học.

4. Xếp hạng các trường nhỏ hơn (có vẻ là tương đương với bảng 2 ở trên). Các trường này hầu hết chỉ đào tạo 4 năm đại học.

Bảng 3 và 4 lại phân theo vùng, bao gồm North, South, Midwest và West. Vậy là tính sơ sơ, con bạn sẽ phải tìm trong 10 bảng xếp hạng, mỗi bảng có 3 phần: các trường có xếp hạng (mỗi bảng độ vài trăm trường), các trường RNP (nghĩa là không công bố thứ hạng) và các trường nonranking (không đưa dữ liệu để xếp hạng) để tìm lấy 5 – 10 trường có vẻ phù hợp (khả năng tài chính, ngành học, vị trí địa lý…) để mà làm hồ sơ. Rồi nếu nhiều trường cùng đồng ý tiếp nhận, con sẽ phải ngồi đưa các tiêu chí ra mà so sánh để chọn lấy một trường.

1. Nếu khả năng tài chính giới hạn và sức học con bạn bình thường, bạn có thể dùng Google tìm các trường best value for money universities US news, hoặc universities with cheapest tuition fees. Nhiều trường trong danh sách này không đòi hỏi thi SAT.

2. Nếu con bạn học giỏi hoặc rất giỏi: Lưu ý là hầu hết các trường đứng cao trong bảng xếp hạng chỉ cần kết quả 2 phần đầu của SAT (Math + Verbal). Họ không chú ý đến điểm thi viết (Writing). Nếu hai điểm này cộng lại được 1330 trở lên (tối đa là 1600), điểm học trung bình (GPA) từ 3.3 trở lên (quy ra theo hệ điểm của Mỹ, tối đa là 4) và chịu khó tìm, con bạn chắc chắn sẽ được vài trường cho học bổng một phần hoặc toàn phần (tiền học), có thể còn may mắn được tài trợ thêm tiền ăn ở. Miễn là phải chịu khó tìm hiểu tiêu chí học bổng (Merit Scholarship) hoặc trợ giúp tài chính (Financial Aids) cho nước ngoài ra sao để có định hướng và kịp chuẩn bị.

Tôi có một suy nghĩ thế này, nếu sức học con bạn có hạn nhưng được bắt đầu sớm (tiếng Anh và toán để luyện thi SAT), con đâu cần phải vào các trường chuyên hay trường điểm? Ở Mỹ, khi xét, họ chẳng biết trường nào ở Việt Nam nổi tiếng hay không mà chỉ nhìn vào kết quả với 3 tiêu chí: điểm SAT, GPA và con bạn xếp thứ hạng nào trong lớp (nằm trong top 10% chẳng hạn). Vậy thì tìm trường vừa sức ở Việt Nam cho con học cấp 3 (tránh cảnh chạy đua vào trường chuyên lớp chọn), dành thời gian học cùng con (mỗi ngày 1 tiếng) từ khi con còn bé và bạn sẽ được trả công rất xứng đáng. Bạn có cơ hội để dạy và giúp con chỉ trong 18 năm. Sau đó, dù muốn bạn cũng không còn cơ hội. Nếu mỗi ngày bạn bỏ ra 1 tiếng học với con, tức là 30 tiếng/tháng, tương đương với 3,5 ngày làm việc, mỗi ngày 8 tiếng. Mỗi năm bạn bỏ ra tổng cộng 42 ngày làm việc. Chi phí trung bình học ở Mỹ 45.000USD/năm, 4 năm là 180.000USD. Chỉ cần con bạn được học bổng hoặc tài trợ hai phần ba (120.000USD) thì một ngày làm việc với con, bạn được trả công gần 160 đô la (tức mỗi tháng gần 3.500USD). Khoảng thời gian mỗi ngày 1 tiếng bạn đầu tư cho con hiệu quả như thế đấy, sao cứ phải vắt óc nghĩ cách kiếm tiền lo cho con học mà không nghĩ rằng khi đủ tiền, chúng có chịu học và có học được không? Con cái sẽ tự tìm được nguồn tài trợ cho việc học đại học nếu được chuẩn bị từ sớm về kiến thức, phương pháp, lòng quyết tâm và tâm lý. Chúng phải rất “biết mình biết ta”, thực tế và không ảo tưởng, phải đủ bạo dạn để tự tin khi phỏng vấn và phải đủ kinh nghiệm trong những hoạt động ngoài học văn hóa. Có vậy, chúng mới có thể viết được những bài luận văn về bản thân. Các trung tâm luyện thi, các trường thường hướng dẫn trẻ bịa ra các hoạt động ngoại khóa hoặc thể dục thể thao để học sinh “viết dối”. Bạn hãy cùng con tìm và tham gia những hoạt động xã hội, cùng nhau chơi một vài trò thể thao đơn giản, để con có cái mà kể, mà viết, để không lại phải bịa, nói dối để được nhận học bổng.

MỖI NGÀY DÀNH ÍT NHẤT 1 TIẾNG DẠY VÀ HỌC CÙNG CON từ khi chúng mới ra đời là phương cách đầu tư hiệu quả nhất cho tương lai của con.

- Các ông bố hãy dừng xem TV một tiếng mỗi tối hoặc có đi nhậu thì chịu khó về sớm để giúp con. Bằng cách này, bố sẽ được một công đôi, ba việc: tương lai cả nhà sẽ tươi sáng hơn vì bố ít bệnh, con học giỏi, vợ hài lòng và đỡ cằn nhằn.

- Còn các bà mẹ, nhà cửa có bề bộn, món ăn có bớt ngon một chút, đâu có sao! Hãy cùng chồng phân công dành thời gian dạy và học cùng con.

- Vấn đề còn lại là bạn phải tìm hiểu và học phương pháp để việc dạy và học cùng với con có hiệu quả nhất.

3. Nếu muốn có lợi thế: Con bạn nên nộp hồ sơ theo kiểu Early Action (Hành động sớm). Với dạng này, để nhập học tháng 9 năm sau, hồ sơ phải đến tay trường chậm nhất vào 31 tháng 10 hoặc 1 tháng 11 năm nay, hồ sơ xin học bổng hoặc trợ giúp tài chính cũng phải nộp kèm cùng lúc. Nếu đồng ý nhận, trường sẽ trả lời bạn ngay sau khi xét hồ sơ hoặc chậm nhất là 15 tháng 12. Có trường sẽ yêu cầu bạn xác nhận là đồng ý hay không sau vài tuần, cũng có trường cho bạn thời gian đến tháng 4 hoặc tháng 5 mới phải trả lời.

4. Còn một khả năng nữa là đi du học sớm nhưng học theo kiểu kết hợp cả lớp 11, 12 (phổ thông) và 2 năm đầu đại học trong 2 – 3 năm. Một số trường đại học cộng đồng (Community college) có mở chương trình cho học sinh từ 16 tuổi trở lên vào học thẳng chương trình kết hợp phổ thông và đại học. Sau 2 – 3 năm (tùy vào trình độ), các em sẽ được nhận bằng Associate và có thể xin chuyển tiếp sang các trường đại học khác để học nốt 2 năm còn lại, lấy bằng đại học. Chi phí cho 1 năm học tại những trường này là khoảng 18.500USD. Các em học giỏi, đạt điểm trung bình cao cho 2 năm học này sẽ được học bổng của 2 năm cuối đại học.

Đại học top đầu không phải là cái đích duy nhất cần hướng tới!

Gia đình tôi vốn có truyền thống coi giáo dục là quan trọng nhất trong việc giải quyết tận gốc rễ mọi vấn đề: từ nuôi dạy con cái trong từng gia đình cho đến sự tồn vong của một dân tộc. Cũng quan tâm đến giáo dục nên bố tôi luôn đặt sự học hành của con cái lên ưu tiên hàng đầu. Tất nhiên, tôi không hề tán thành cách cụ ép chúng tôi "học ngày đêm" theo đúng cả nghĩa đen và nghĩa bóng, học đến mức anh trai tôi gần phát điên vì thất vọng khi không đủ điểm đi nước ngoài. Tôi "ngấm ngầm" phản ứng từ khi còn học lớp 5. Hình như cũng nhờ tôi "khôn lỏi", không "cắm đầu cắm cổ" học suốt ngày như cụ vẫn ép các anh chị nên kết quả học của tôi khá cao. Thuở đó, các thầy cô giáo và các anh chị quản lý Đội thiếu niên cũng như Đoàn thanh niên rất tâm lý. Có lần, nghe tôi khóc lóc về việc cụ không cho đi sinh hoạt đội, anh phụ trách đã cùng tôi bàn bạc rất kỹ, để thuyết phục cụ. Anh đến tận nhà thuyết phục, cụ không nghe, anh xui tôi nói dối. Anh phân tích rõ: "Nói dối, trong nhiều trường hợp, không phải là xấu. Nếu nói dối vì bị bắt buộc và đem lại điều tốt thì có thể lựa chọn cách đó. Điều cơ bản là không được nói dối để làm điều xấu và không nói khi hoàn cảnh không bắt buộc phải làm vậy". Cám ơn anh Định (Trường Trung học cơ sở Trưng Vương) rất nhiều. Cho đến nay, tôi vẫn thấy điều anh khuyên là đúng và là bài học lớn anh tặng cho cuộc đời mình.

Rồi tôi trở thành mẹ. Vốn có trí nhớ tốt, tôi vẫn nhớ những gì xảy ra trong gia đình, những ý thích hoặc ước mơ nhỏ nhoi nhưng mãnh liệt bị vùi dập vì "học là trên hết". Tôi xác định con tôi sẽ được lớn lên khác với những gì mà anh em tôi phải trả qua. Nhìn ra xung quanh, tôi kinh ngạc khi thấy bố tôi, người nổi tiếng toàn cơ quan, toàn họ về việc cấm đoán con trong mọi hoạt động, chỉ ép con học, vẫn chưa ăn thua gì so với cách các ông bố bà mẹ ở lứa tuổi tôi hoặc trẻ hơn tôi nhiều, ép uổng con trong thời hiện đại này! Đúng là "Con hơn cha chưa chắc nhà có phúc!"

Con sắp ra đời, tôi bắt đầu đi tìm hiểu về hệ thống giáo dục của Singapore. Tốt, nhưng vẫn có cái gì đó làm tôi băn khoăn: vẫn là cảnh học thêm, vẫn là tâm lý nhồi nhét kiến thức (tuy những cái họ nhồi nhét đều là kiến thức thật sự chứ không "rởm" như ở ta). Rồi cháu gái tôi được học bổng vào Đại học Quốc gia Singapore (NUS). Nghe cháu kể về cảnh sinh viên (cả Việt Nam và Singapore) học ngày học đêm, rất ít tham gia các hoạt động khác, tôi lắc đầu quầy quậy.

Con được 5 tuổi, tôi lọ mọ sang Anh để tìm hiểu hệ thống giáo dục của họ. Lần đầu bước chân vào một số trường phổ thông, tôi kinh ngạc thật sự vì vẻ hoành tráng, cổ kính của các ngôi trường nội trú. Tôi quyết định sẽ cho cháu đi học nội trú sau năm lớp 6 (mà kết cục là cháu đòi đi sớm hơn tới 3 năm).

Từ lớp 4 đến hết lớp 9, lúc nào con cũng vui vẻ, hài lòng. Kết quả học đều ở mức tốt nhất, ngoài mong đợi của tôi. Đến lớp 9, con bắt đầu có tâm trạng lo lắng, tăng dần theo thời gian vì nhận thấy sự căng thẳng, vật vã của các chị học từ lớp 10 đến lớp 13, chuẩn bị cho kỳ thi GCSE cuối năm lớp 11 và kỳ thi Alevel cuối năm lớp 13. Từ học kỳ cuối lớp 9, con bắt đầu bị mất ngủ, đặc biệt là trong các kỳ thi. Khi thấy tôi lo lắng, con còn an ủi, giải thích: "Bạn nào cũng mất ngủ vì sợ mẹ ạ. Con không sao đâu!". Nhưng tôi biết, con sợ kỳ thi GCSE lắm.

Cũng vào quãng thời gian đó, con trai một người bạn tôi đang học Alevel tại một trường khác, phát sinh vấn đề lớn. Cháu học giỏi, kỳ thi GCSE đạt 6 điểm A*, còn lại là A, chỉ lọt 1 điểm B. Cũng vì cái bệnh ảo tưởng về khả năng bản thân, cháu chọn học 5 môn để thi Alevel. Ngay lập tức trong năm lớp 12, cháu gặp nhiều khó khăn. Không tự nhận thức được cái nguy hại, cháu vẫn bướng bỉnh khăng khăng cố học cả 5 môn để rồi bước vào kỳ 1 lớp 13, bài vở quá nhiều theo không kịp, sợ thua kém các bạn, xấu hổ..., cháu bắt đầu thu mình lại, xa lánh mọi người, suốt ngày ngồi ru rú ở nhà, mặt mày lúc nào cũng hốt hoảng. May mà kỳ đó gia đình sang kịp, quyết định cho cháu chuyển trường ngay lập tức, học lại 1 năm, bắt cháu bỏ bớt 1 môn, nếu không, có lẽ kết cục đã có thể rất bi thảm.

Còn con gái tôi, hai năm lớp 10 và 11 có lẽ là những ký ức kinh hoàng nhất về việc học của con trong cuộc đời. Tôi luôn ở trong tâm trạng lo lắng không nguôi. Hễ có dịp, là tôi lại gọi điện năn nỉ: "Con ơi, chẳng cần toàn bộ A* hoặc A đâu. B, C, D, thậm chí điểm E cũng được mà". Nhưng xung quanh con là cả một không khí nặng nề về kết quả GCSE, nào là: "Em có tiềm năng, phải cố gắng hết sức, để không bị phí", rồi bảng xếp hạng của trường, rồi "Nếu muốn vào Oxford hoặc Cambridge thì phải được ít nhất 6 điểm A* cho điểm GCSE..." Tôi chiến đấu không xuể với toàn bộ môi trường xung quanh con. May quá, hết lớp 10, con xin đi trại hè ở Mỹ. Đến tháng 8, sau trại hè, tôi khuyến khích con tìm hiểu để chuyển sang Mỹ. Hai mẹ con đã tìm mọi cách để con "chạy trốn" kỳ thi GCSE năm lớp 11 ở Anh nhưng chẳng trường nào ở Mỹ nhận học sinh vào nhập học tháng 9, con đành phải ở lại Anh đến hết lớp 11, nghĩa là buộc phải chấp nhận đương đầu với kỳ thi 10 môn, buộc phải cắn răng chịu đựng căng thẳng thêm 1 năm nữa. Cái kết quả toàn bộ 10 môn được A* không thể đủ trả giá cho những gì con gái tôi phải trải qua để đạt được. Nếu được lựa chọn, tôi chẳng bao giờ thích những cái điểm A* đó cả, nó là cú đánh khá mạnh vào tâm lý của lứa tuổi 16 – 17. Nhưng đó là cả một hệ thống của đất nước Anh nơi mà nền học vấn bậc cao là mơ ước của toàn nhân loại.

Chuyển sang Mỹ, quá khiếp với sự căng thẳng, con gái chỉ chọn học 4 môn khoa học, còn lại là nhạc, hát, đàn. Con đỡ hẳn căng thẳng về học hành, lao vào các hoạt động khác và tự luyện để chuẩn bị thi SAT tháng 1 rồi chuẩn bị thi SAT 2 (subject tests).

Từ ngày 31 tháng 7 là thời gian con tập trung vào làm hồ sơ. Tôi khuyên: "Con ơi, làm hồ sơ nộp 4 – 5 trường đủ rồi" nhưng cô tư vấn (advisor) nói nên nộp 10 trường. Trong 20 ngày, con cắm đầu cắm cổ viết 25 bài luận văn, thật kinh khủng! Con ngồi lỳ bên máy tính từ 10 giờ sáng đến 10 giờ đêm, chỉ trừ ba bữa ăn, thậm chí, vừa ăn sáng vừa làm bài. Để rồi một hôm, khi đang "anh hùng bàn phím" kể về kỳ tuyển sinh đại học nước nhà, tôi ngước lên và thấy con gái mắt đỏ hoe. Biết có chuyện, đợi con đánh răng rửa mặt xong, tôi vào giường nằm cùng. Nghe con nói trong nước mắt: "Mẹ ơi, con sợ quá. Càng đọc càng sợ. Mấy trường con đang làm hồ sơ xin nhập học, thấy các anh chị khuyên trên mạng nhận xét là khó lắm". Tôi thủng

thẳng: "Con đừng đọc nữa, ai trúng tuyển rồi chẳng muốn dọa lứa sau cho oai. Chẳng lẽ đỗ rồi, lại nói là dễ vào lắm, hóa ra mình "cũng thường thôi" à? Với lại, đâu có ai biết là tại sao mình trúng tuyển, đọc nhiều mỏi mắt nhức đầu con ạ!". Hỏi kỹ thêm thì tôi biết nàng đang tập viola để quay clip gửi cho nhà trường, dây đàn thì khô vì quên bôi sáp gì đó, ở nhà lại không có sẵn. Nàng kéo 1 hồi, nghĩ mình đánh chán quá bèn vào nhận xét để xem họ khuyên thế nào thì đọc được mấy lời khuyên: "Nếu mày không chắc chắn là perfect (điêu luyện) về loại nhạc cụ gì, tốt nhất đừng gửi". Tôi nói tỉnh queo: " Ủa, thế hả? Chẳng trách lúc nãy mẹ cứ tưởng trong nhà có con mèo hen nó kêu, chứ đâu biết con kéo viola? Cái gì khô mà chẳng chán: da khô thì mặt bớt đẹp, cá khô thì mặn, viola khô thì ỷ eo như mèo hen. Thôi để mai mua sáp về rồi hãy tập". Thế là nàng bắt đầu cười. Được thể, tôi nói đùa: "Con biết cái con cần bây giờ là gì không? Boyfriend (bạn trai),hôn nhau tít mù là hết căng thẳng". Thế là nàng cười tít, mở lòng kể cho mẹ nghe bao nhiêu chuyện, nào là về chuyện các bạn ở trường làm tình (have sex), rồi chuyện hôn nhau, chuyện có bạn trai ở trường đề nghị, nàng từ chối ra sao. Tôi vừa nghe vừa cười lăn lóc, có bao nhiêu nước mắt chảy ra dàn dụa. Tận dụng cơ hội, tôi nghĩ ra đủ thứ về quan hệ con trai con gái, về suy nghĩ và quan điểm của tôi trong chuyện yêu đương và sex, nàng nghe rất chăm chú. Thành công mỹ mãn. Chỉ tội gần 2 giờ đêm mới đi ngủ, ngày hôm sau hơi gật gù vì không đủ giấc. Chao ơi, cái tuổi 17,18 hay cười hay khóc, hay lo hay mừng!

Tôi có một cháu trai yêu mê mệt các loại động vật từ khi 2, 3 tuổi. Đến 10 tuổi, cháu nuôi đủ thứ chuột, rùa, cá... trong nhà, làm cả nhà chết khiếp. Hình như có lần bố cháu (vốn sợ chuột từ bé), đã dọa bỏ nhà đi chỉ vì ngủ dậy thấy con chuột nằm ngay dưới chân mình. Cháu nộp hồ sơ bốn trường đều về ngành thú y ở Anh. Tôi vỗ tay ầm ĩ khuyến khích, bố cháu chửi bới um sùm: "Học gì không học, học cái nghề để sau này suốt ngày đi tiêm cho chó với mèo". Tôi mắng lại anh: "Anh cứ kệ nó, nó thích thì cho nó học, nghề đó ở bên kia còn khó hơn y và luật, anh không biết thì đừng có nói!". Tôi vốn ghê gớm nhất nhà, lại ỉ là con út nên "bắt nạt" tuốt. Kết quả thi Alevel là ba điểm A, nhưng vẫn chẳng vào được trường nào ở Anh. May mà hồi đó tôi khuyên cháu nộp hồ sơ thêm mấy trường ở Úc, có hai trường nhận luôn mà là trường tốt của Queensland. Cháu hỏi tôi nên vào trường nào, tôi nói đơn giản: "Chọn trường nào cháu thấy thích và hợp với cách sống của cháu". Chúc mừng cháu đã đạt được ước mơ được nuôi dưỡng từ những năm cháu chăm sóc mấy con chuột kêu chút chít làm tôi nhìn thấy còn bủn rủn. Cháu là một trong số rất ít cô cậu bé may mắn tự mình xác định được niềm đam mê của cuộc đời từ khi còn rất nhỏ.

Cứ vào dịp tuyển sinh đại học, cả đất nước có vẻ "sôi sùng sục". Các vị phụ huynh đáng kính thì chửi bới, kêu la, kể khổ, kể tốn kém, than thở, hốt hoảng cứ làm như con đang "nguy cấp". Học sinh thì mặt mày méo xẹo, ủ rũ, nước mắt nước mũi đầm đìa. Nếu nhìn lên các mặt báo mà không đọc lời, người nước ngoài có thể tưởng là Việt Nam đang có quốc tang. Đó là lựa chọn của họ cơ mà, sao họ kêu than? Đành rằng việc tổ chức tuyển sinh mắc nhiều sai lầm nhưng không có thành công nào mà không phải trải qua vấp váp, sai sót. Ai đó nói không thể đưa số phận học sinh ra làm "thỏ thí nghiệm" nhưng số phận nào đây? Tại sao số phận của một con người LẠI CHỈ phụ thuộc vào một kỳ tuyển sinh, ai nhồi nhét vào đầu tuổi trẻ Việt Nam suy nghĩ đó? Chính bố mẹ, chính ông bà và cả họ hàng đang từng ngày từng giờ gieo vào đầu các cháu "nỗi kinh hoàng" của việc trượt đại học, nấp sau thái độ "quan tâm, hỏi han", nấp sau lòng yêu thương một chiều thiển cận. Chính là dư luận, các bài báo, những nhận xét

thiếu suy nghĩ, "đám đông" ném đá với thái độ thiếu sự chân thành xây dựng. Cái khác nhau giữa "họ" và "ta" chính là cái đó đấy! Đã có ai được chứng kiến cảnh một bà mẹ hoặc ông bố người Anh, người Mỹ nhảy tưng tưng chửi bới trường đại học chỉ vì không nộp được hồ sơ, hoặc vì mạng internet trường đó tắc do có quá nhiều người truy cập chưa? Chắc là không đơn giản vì điều đó không xảy ra ở Tây. Tôi chỉ được chứng kiến cảnh các bà mẹ hoặc ông bố Tây ôm con vào lòng, nhẹ nhàng âu yếm thủ thỉ vào tai con: "Trượt trường con thích không phải là sự kết thúc cuộc đời, biết đâu là sự bắt đầu mới" hoặc cảnh các ông bố nghỉ việc lái xe hàng trăm cây số đưa con đi phỏng vấn, rất nhã nhặn đàng hoàng ngồi chờ hàng buổi để đến lượt con mình. Tuyệt đối không thấy ai chửi bới hoặc trách móc Bộ Đại học hoặc trường nào đó vì phải chờ lâu.

Cái khác đó chính là sự văn minh, là thái độ biết người biết ta, là sự tự trọng cá nhân và cao hơn là sự tự trọng của cả một thế hệ, cả một dân tộc khi xử lý khủng hoảng dù lớn hay nhỏ.

Hôm sau có sáp bôi dây đàn viola, con lại cười tươi kéo viola "kẽo cà kẽo kẹt" để gửi bài theo hồ sơ, kệ ai đó nói gì trên mạng. Tôi chợt nghĩ vẩn vơ: Liệu con gái tôi hôm nay còn có thể cười tươi, diện đẹp để đi cà-phê với bạn nếu tôi cứ nằng nặc bắt con nộp hồ sơ vào Harvard hoặc Stanford? Cháu tôi liệu có được ngồi điền hồ sơ ngay thời điểm này nếu gia đình tôi mắng mỏ vì cháu không được trường nào ở Anh chấp nhận?

Nhìn ra ngoài nắng rực rỡ, hơi oi bức nóng nực nhưng vẫn là một ngày đẹp trời, lòng tôi chợt dịu lại. Sai lầm trong một đợt tuyển sinh này có thể làm một vài triệu học sinh và bố mẹ bị căng thẳng thêm một tháng nhưng lại DẠY CHO TẤT CẢ BÀI HỌC về trách nhiệm đối với lựa chọn của chính bản thân. Nếu mình không muốn thì đâu có ai bắt buộc mình phải khổ? Cuộc đời là hàng chuỗi sự lựa chọn, ai biết mình biết ta, lựa chọn đúng thì thắng, ai ảo tưởng hoặc quá tự ti, thì ít thành công hơn hoặc thất bại, đó là quy luật muôn đời rồi.

Không phải NGÀY TẬN THẾ mà sao các vị phụ huynh nỡ làm cho chính con em mình tưởng ngày đó sắp đến? Hãy cố gắng bình tĩnh, bảo con đi chơi cùng bạn bè cho thoải mái. Tôi nghĩ nếu được 16 điểm trở lên, chắc em nào cũng vào được một trường đại học. Nếu trường có trái với nguyện vọng, các em hãy tìm trường dạy nghề phù hợp mà học. Nếu các em vẫn thích học đại học thì hãy ý thức khả năng của bản thân và đừng "kén cá chọn canh" nữa.

Những cuộc đua “việt dã” trước cánh cửa trường đại học

Mấy hôm nay, báo chí rồi các bài bình luận trên Facebook “nóng bỏng” với đề tài nộp hồ sơ vào đại học làm tôi cũng thấy hơi “nóng đầu”. Thay vì bàn luận chuyện “nước nhà”, tôi xin kể lại những kinh nghiệm của bản thân khi giúp con cái của bạn bè trong mấy năm qua để nộp hồ sơ vào các trường ở Anh hoặc xin học bổng ở Mỹ. Cho đến những ngày này, tôi cũng đang theo sát việc làm hồ sơ của chính con gái tôi vừa học xong lớp 11 tại Mỹ đang chuẩn bị hồ sơ nộp chậm nhất vào cuối tháng 12 này.

Để tiện so sánh, tôi chỉ mô tả “hành trình” học và làm hồ sơ của những học sinh đang học theo hệ Anh.

Hành trình thi GCSE (lớp 10 và lớp 11) với 9 môn thi là tối thiểu: Bắt đầu từ năm lớp 10, trong 2 năm, toàn bộ chương trình học của học sinh đều xoay quanh kỳ thi GCSE, làm sao để được kết quả cao nhất. Học sinh phải chọn ít nhất 9 môn (thường thì đa số đều chọn học 10 môn), trong đó có 6 môn bắt buộc (hai môn tiếng Anh, toán, lý, hóa, sinh vật). Các cháu có thể tự chọn các môn còn lại ngoài 6 môn bắt buộc. Toàn bộ năm học lớp 11 là các đợt luyện thi triền miên với các đợt thi thử do trường tổ chức trong tháng 11 (mặc dù tháng 6 các cháu mới thi thật). Con gái tôi học rất tốt nhưng cũng bị kỳ thi này ám ảnh đến mất ăn mất ngủ trong 2 năm trời vì đủ các sức ép: từ nhà trường muốn học sinh có kết quả tốt để giữ vững hoặc nâng hạng trong bảng xếp hạng, từ từng giáo viên (giáo viên sẽ cố gắng “kéo” các học sinh giỏi chọn môn do mình dạy). Điểm GCSE đặc biệt quan trọng với những học sinh muốn vào các trường hàng đầu của Anh như Oxford, Cambridge. Họ sẽ nhìn kết quả, nếu sinh viên nào không có ít nhất 6 điểm A* thì hồ sơ bị loại ngày từ vòng đầu.

Sau khi thi GCSE, các em sẽ phải chọn ít nhất 3 môn để học tiếp 2 năm (lớp 12 và 13) và thường thì các em chọn 4 môn. Cuối năm lớp 13, các em phải trải qua kỳ thi KHỦNG với tên gọi là Alevel. Tôi không biết nói gì hơn ngoài nhắc lời con gái tôi: “Sức ép kinh hoàng”. Cũng chính vì sức ép tâm lý cộng với sự buồn chán vì trong 2 năm đằng đẵng chỉ học 3 môn, con gái tôi mới quyết định chuyển sang học ở Mỹ sau khi kết thúc kỳ thi GCSE.

Tôi không hiểu tại sao 5 năm trở lại đây, điểm thi GCSE và Alevel của học sinh Anh cứ “leo thang” từng ngày. Số học sinh ở các trường thứ hạng cao đạt toàn bộ A* trong các kỳ thi GCSE và Alevel tăng đến chóng mặt. Vì vậy, một số trường yêu cầu học sinh thi IGCSE (tức là International GCSE với bài thi khó hơn nhiều). Tỉ lệ toàn bộ đạt A* vẫn cao ngất. Vậy là cuộc đua vào đại học ngày càng quyết liệt bởi nhiều A* thế, biết chọn ai bây giờ? Mỗi sinh viên được nộp hồ sơ vào tối đa 5 trường (riêng ngành y và thú y chỉ được chọn 4 trường). Sự KHỦNG KHIẾP lại được nâng lên tầm cao hơn. Năm ngoái, trường con gái tôi có một cô bé học cực SIÊU nhưng vì chủ quan nên nàng chọn trường Oxford cho cả 5 nguyện vọng. Kết quả

là Oxford không nhận, nàng ngồi nhà chờ 1 năm để tìm trường khác. Tất nhiên, trường nội trú Wycombe Abbey nơi con gái tôi học là trường đứng trong top 5 của các trường tư (independent) nên sức ép càng lớn. Thực tế là năm nào cũng gần 50% học sinh của trường được Oxford và Cambridge nhận lại càng tạo nên sức ép tâm lý. Bạn học cùng trường kể với con là cô bé ghét hai trường đó lắm nên không nộp hồ sơ. Nhưng cô giáo tư vấn và bố mẹ cứ bắt phải nộp, kết cục là nàng đặt Oxford vào nguyện vọng cuối cùng, để khỏi bị mắng. Đầu kỳ nghỉ hè này, con gái tôi về Anh thăm các bạn, mẹ của cô bạn thân mời nàng đến nhà chơi. Nàng kể là bà bỏ ra đến hơn 2 tiếng, chỉ để thuyết phục nàng phải nộp hồ sơ vào Havard hoặc Stanford. Bí quá, nàng chỉ biết vâng dạ và cười trừ. Bà mẹ này còn nói: "Cháu không nộp hồ sơ vào mấy trường đó là có tội với nhân loại đấy!" Tôi nghe kể lại mà khiếp quá, đổ hết mồ hôi. Nhờ vậy nàng cám ơn và ca ngợi mẹ hết lời vì đã không ép nàng phải vào các trường nổi tiếng. Hết ra mồ hôi, mẹ cảm thấy phổng mũi.

Vậy làm hồ sơ vào đại học ở Mỹ thì sao? Nói một cách công bằng, học phổ thông ở Mỹ có sức ép nhưng không căng thẳng như ở Anh. Các môn học cũng đa dạng và toàn diện hơn. Cái làm tôi khoái nhất là họ bắt tập thể thao hàng ngày (chứ không tổ chức theo kiểu thi đấu lấy thành tích) và rất khuyến khích học các môn nghệ thuật như đàn, hát, tham gia dàn nhạc và dàn đồng ca. Con gái tôi hài lòng lắm, ngoài việc phải tự luyện thi SAT (cả SAT 1 và SAT 2). Tháng 1, sau khi thi và có kết quả SAT 1 khá cao, con tôi bắt đầu "công cuộc" tìm trường mệt mỏi kinh người. Ngồi ở Việt Nam, tôi cũng toét hết cả mắt để tìm thông tin về trường rồi "bàn ra tán vào" với con. Rồi là thi SAT 2 vào tháng 5 và tháng 6, rồi đi xem trường... mọi thứ cứ "lộn tùng phèo" hết cả. Để rồi hè đến, từ đầu tháng 8 là con gái "chổng mông" viết bài luận. Nàng định nộp hồ sơ vào 7 – 8 trường nên tổng cộng cả essay chính thức và bổ sung là bài luận cả dài và ngắn. Tôi ngán ngẩm nhìn con gái suốt ngày "chúi mũi" vào giấy và bút, gõ máy tính lách cách, mẹ hết "đi ra đi vào" lại "đi lên đi xuống", thở dài thườn thượt. Chộp lúc con viết xong bài nào, mẹ lại nằng nặc xin xem bằng được rồi tán thưởng (chứ còn biết làm gì nữa?).

Vậy đấy, hành trình thi cử và làm hồ sơ vào đại học ở Anh và Mỹ so với Việt Nam đâu có "kém cạnh" gì. Nhưng những điểm khác cơ bản là:

❀ Ở các nước đó, việc chọn trường, tìm hiểu về trường... là việc của từng học sinh. Thông tin "bạt ngàn" trên mạng, sinh viên cứ thả sức mà tìm, mà đọc, chẳng ai làm hộ. Hiểu thì tốt, không hiểu thì kệ anh. Không đánh giá được sức mình, chọn sai trường như cô bé ở trường con gái tôi thì "trượt vỏ chuối". Cũng chẳng ai trách móc được BỘ GIÁO DỤC ĐÀO TẠO vì không tìm hộ tôi trường hoặc vì sao tôi nộp rồi rút hồ sơ bị khó khăn. Việc đi phỏng vấn thì ráng mà tự lên mạng hẹn (không hẹn sớm thì lịch đầy mất), tự lo phương tiện (bố mẹ có thời gian thì đi cùng, nếu không thì tự tìm tàu xe mà đi, kêu ai bây giờ?) Tôi thấy có những ông bố bà mẹ ở ta kêu um lên là phải đưa con đi rút hồ sơ, vất vả quá??? Việc của họ mà, sao lại kêu, mà kêu ai mới được chứ?

❀ Còn ở ta mọi người kêu ca nhiều, báo chí đăng inh ỏi, phỏng vấn giáo sư này, giáo sư kia và kết luận vội vàng, phiến diện. Anh chọn sai nguyện vọng thì lãnh hậu quả là phải đi rút hồ sơ mà nộp lại. Cái mà anh phải rút kinh nghiệm là hãy đánh giá mình cho đúng, đừng tự làm khổ mình. Ở Mỹ, phí nộp hồ sơ là phí 50 – 100USD/ trường, nộp nhiều trường thì chi

nhiều tiền, chẳng ai dám kêu ca. Nếu gia đình nghèo, không đủ tiền nộp thì phải làm đơn xin và chứng minh là tôi nghèo.

❀ Theo tôi, việc tổ chức thi năm 2015 đơn giản và hiệu quả, đỡ vất vả cho học sinh rất nhiều, bước đầu như vậy là thành công. Dư luận cần phải sáng suốt và thật công bằng khi phán xét. Nhưng có lẽ vì là năm đầu tiên, lại muốn nói rộng để sinh viên được lựa chọn nhiều mà chưa lường hết tâm lý “càng nhiều càng tốt” của học sinh và phụ huynh, nên có nhiều sự cố. Bộ Giáo dục Đào tạo nên rút kinh nghiệm việc này và đưa ra các biện pháp đảm bảo kiểm soát quá trình tuyển sinh tốt hơn trước khi quyết định nói rộng cho học sinh có nhiều lựa chọn hơn.

❀ Nếu so sánh với việc tuyển sinh của các trường đại học ở Anh và Mỹ, tôi thấy Việt Nam làm không tệ đâu. Còn tiêu cực và quan liêu, Việt Nam có thể nhiều hơn nhưng không có nghĩa là Mỹ không có người vô trách nhiệm hoặc quan liêu. Cháu trai do tôi trực tiếp giúp để xin học bổng ở Mỹ suýt mất không suất học bổng, chỉ vì sự “tắc trách”, không biết do vô tình hay cố ý, của một nhân viên làm ở khâu tuyển sinh của trường. Chỉ chậm thêm 10 ngày là mất tiêu suất học bổng rồi!

Hành trình "săn" học bổng

Thỉnh thoảng ra công tác Hà Nội, tôi được nghe các em trong công ty ca ngợi: "Con anh B học chuyên lý Amsterdam giỏi lắm", tôi bèn hỏi han về việc học hành của cậu ta. Sau khi nghe kỹ về kết quả học, tôi nhận định, so với cái ao làng (là con em trong công ty), có vẻ cậu chàng này học giỏi nhất. Nhưng so với học sinh trường Amsterdam thì cậu chỉ vào loại "thường thường bậc trung", mà lại còn là trung hơi thấp. Tôi bèn nói với B: "Biết gia đình em nghèo, anh chị muốn giúp thằng bé lấy học bổng đi Mỹ, vậy em bảo con luyện để thi SAT đi, sau khi có kết quả, chị sẽ xem xét rồi có lời khuyên cụ thể". Tháng 4 năm 2014, khi ra Bắc, tôi gặp cậu bé: nhỏ bé, trắng trẻo, nhút nhát, duy đôi mắt rất sáng ánh lên nét thông minh. Cậu chàng có vẻ thụ động, hình như chưa bao giờ được phép "chui ra khỏi cái hộp" kín mít là gia đình. Tôi hỏi gì, cháu trả lời nấy, rất đặc trưng của sản phẩm giáo dục kết hợp gia đình và nhà trường "Made in VietNam".

Suốt bữa cơm trưa, tôi dành hầu hết thời gian để động viên cháu: Nào là phải chủ động trong suy nghĩ, cố gắng có chính kiến riêng về các vấn đề, cố học để được điểm thi SAT cao nhất TRONG KHẢ NĂNG CÓ THỂ. Có vẻ cậu chàng hơi ngơ ngác, cũng không thật hiểu hết nên chỉ thấy hết vâng lại dạ. Tôi giao nhiệm vụ cụ thể luôn: Từ lúc đó đến hết tháng 6 chỉ tập trung luyện SAT. Sau khi thi xong, hãy bắt đầu tìm trường và tìm hiểu các thủ tục mỗi trường yêu cầu. Tháng 7, kết quả SAT không mỹ mãn (khoảng gần 1800), tôi chép miệng: "Thôi, chưa cần lập kế hoạch thi lại vội, cháu tìm trường đi, lấy các trường từ hạng trung trong bảng xếp hạng". Sau đó, tôi chuyển cho cháu các bảng xếp hạng, hướng dẫn sơ bộ cách tìm. Chắc cũng là cảnh "mò kim đáy biển" đối với cháu, tôi cũng bận nên lãng đi mất vài tuần.

Ngày 18 tháng 8, tôi hỏi cháu đã tìm được những trường nào rồi thì cậu chàng chưa làm được gì cả, lý do là vì bố mẹ bắt đi học thêm nhiều quá, không có thời gian. Điên tiết, tôi gọi điện mắng cho bố nó một trận (chủ yếu là xả cái nóng tính), trong lòng thầm nghĩ "Gay rồi!". Với sức học cậu bé, nếu muốn được học bổng toàn phần (học phí + ăn ở), chắc chắn phải bỏ qua các trường Top 100.

Nghĩ đi nghĩ lại, tôi nảy ra một kế độc:

Bước 1: Tôi viết một email dài khoảng 1/3 trang rất nghiêm túc, kể về hoàn cảnh gia đình cậu bé, nói rõ về kết quả SAT và dự kiến GPA. Vốn không thích nói dối, tôi giải thích rõ mình làm cùng công ty của bố cậu bé. Và vì gia đình cậu ta nghèo, tôi có thể tài trợ mỗi năm tối đa là bao nhiêu USD... cho khoản bảo hiểm sức khỏe, tiền sách và vé máy bay.

Bước 2: Tôi vào bảng xếp hạng, nhắm mắt nhặt tất cả các trường từ sau 100 đến cuối bảng (khoảng 200 – 300 trường gì đó).

Bước 3: Tôi vào website từng trường, nhặt địa chỉ email của phòng tuyển sinh và gửi email đó đi.

Trong vòng 5 ngày, tôi cắm đầu vào máy tính, gửi đi hơn 200 cái email. Ngay lập tức, các email trả lời tới tấp dội về. Vậy là tôi ngồi chọn các trường có vẻ có học bổng phù hợp, vào website xem có ngành học phù hợp không. Cô tư vấn (advisor) của một trường khuyên nên thi lại SAT để điểm Math và Critical Reading cao hơn, sẽ được xét học bổng toàn phần. Tôi quyết định cho cháu ôn để thi lại SAT. Tôi lọc được danh sách 3 – 4 trường để cậu bé nộp hồ sơ trước 01 tháng 11, sau đó nộp thêm 3 trường nữa trước 15 tháng 1 năm 2015. Trong tháng 12, tôi nhận được đề nghị của 2 trường, với mức học bổng họ cho 10.000 – 22.000USD /năm. Với các mức học bổng đó, gia đình vẫn phải nộp ít nhất là trên 20.000USD/năm. Cháu bèn quyết định nộp thêm một trường Liberal Art. Vì đã quá thời hạn cho học bổng toàn bộ phần học phí, họ đề nghị học bổng mức 11.000 USD/năm, còn phải nộp chừng 19.000USD/năm. Tôi bèn nói rõ luôn: nếu với mức đó, bọn tôi buộc phải từ chối vì gia đình không có tiền. Anh chàng làm ở bộ phận tuyển sinh nhiệt tình hết mức, đích thân đi xin các nhà tài trợ tư nhân rồi hứa sẽ tìm việc cho cháu làm để kiếm được 6.000USD/năm. Họ còn hứa sẽ tìm mọi cách để từ năm thứ 2 trở đi, gia đình chỉ còn phải trả 6.000 – 10.000USD/năm, tùy theo kết quả học của cháu.

Có vẻ hết lựa chọn, chúng tôi đành đồng ý. Vậy là chưa cần đặt cọc, họ đã gửi mẫu I-20 về, cháu bắt đầu đăng ký ngày phỏng vấn. Lại nói đến thi lại SAT: Điểm thi lần 2 của cháu tốt hơn, đạt mức trường kia yêu cầu, nhưng xui xẻo là cô gái tốt bụng khuyên thi lại nghỉ việc, bàn giao cho một anh chàng tính tình có vẻ rất khó chịu. Đùng một cái, ngày 19 tháng 5, cháu chuyển cho tôi một email từ trường đó, nhưng không phải của anh chàng tư vấn khó tính kia mà của một ông khác, nội dung chúc mừng cháu đã được trường trao học bổng học phí 100% và cháu phải trả lời nhận/ từ chối trước ngày 1 tháng 6.

Thế là tất cả lại loạn cào cào. Chúng tôi gửi thư cho anh chàng tư vấn xấu bụng kia và chỉ nhận được email trả lời tự động: "Đi vắng đến 25 tháng 5". Tôi sắp lên máy bay đi Panama và chỉ còn 10 ngày là hết hạn học bổng. Nếu đồng ý trường này, liệu thái độ của trường đã chấp nhận và ra mẫu I-20 sẽ thế nào, họ có phản ứng dữ dội và làm ảnh hưởng đến việc xin visa không? Sau khi nghĩ đi nghĩ lại, tôi quyết định bảo cháu cứ chấp nhận học bổng, đến khi chắc chắn thì mới báo với trường kia. Chắc họ cũng thông cảm thôi vì suất học bổng mới cháu đạt được quá quý giá.

Thế rồi, trong lúc chăm sóc con gái đang ôn thi SAT 2 tại Mỹ, bạn tôi gọi điện trực tiếp cho trưởng bộ phận tuyển sinh của trường để yêu cầu giúp đỡ. May quá, bà này cực kỳ tốt bụng, cung cấp rất rõ thông tin từng phần của học bổng (tổng cộng hơn 113.000 USD/4 năm). Bà ta cũng hướng dẫn chi tiết các thủ tục cần phải hoàn thành online, bạn tôi phải xông vào tài khoản của cháu luôn để làm hộ vì sợ không kịp. Còn mẫu đơn I-20 của trường mới, bà ta lại chỉ trở lại cái anh chàng tư vấn "củ chuối" kia. Đúng ngày 26 tháng 5, ngày anh ta có mặt ở văn phòng, tôi gửi một email với giọng điệu lịch sự nhưng cương quyết, yêu cầu anh ta scan mẫu đơn I-20 rồi gửi cho tôi. Khi nhận được email trả lời, tôi bật ngửa: chính tay anh ta ký vào mẫu I-20 ngày 20 tháng 4, tức trước đó hơn 1 tháng. Vậy nghĩa là suất học bổng này được thông báo cho anh ta vào cuối tháng 3 nhưng anh ta (không biết cố tình hay vô ý) không thông

báo cho cháu mà vẫn ký vào mẫu đơn I-20 để giữ suất học bổng? Tôi không thể gạt được mối nghi ngờ là có ai đó đang hy vọng nhận suất này vào ngày 01 tháng 6 nếu chúng tôi hành động không kịp.

Chắc anh chàng này thất vọng lắm, vì vớ phải chúng tôi là những tay không vừa.

Cháu đã nhập học được mấy ngày. Nói thật, chỉ đến khi cháu cầm chắc hộ chiếu có dán visa Mỹ, tôi mới hết thấp thỏm. Số cậu bé này may thật. Đến bây giờ, ngồi kiểm điểm lại “hành trình khổ ải” truy tầm học bổng cho cháu, tôi rút ra mấy bài học:

1. Nếu bố mẹ có đủ tiền, hãy “mở hầu bao” để tạo điều kiện cho con mình vào các trường đúng với sức của con. Với các trường nằm trong Top, lại học “làng nhàng” với GPA 8 – 8.5, điểm SAT trên dưới 1900, họ sẽ cho học bổng trên dưới 20.000USD, tức còn phải nộp mức 40.000USD/năm. Nhưng nếu ta chấp nhận nộp đủ chi phí, thì chỉ trừ các trường Top 20, kết quả SAT chỉ trên 1600 là có thể vào được. Các trường đại học Mỹ rất cần tiền để duy trì hoạt động hiệu quả và những sinh viên nước ngoài chịu nộp đủ chi phí, không nì nèo xin học bổng hoặc trợ giúp tài chính sẽ được chấp nhận dễ dàng hơn nhiều.

2. “Xin xỏ” không dễ chịu chút nào. Với cương vị là người giúp đỡ và tài trợ một phần, tôi cũng phải “nói qua nói lại”, email đủ kiểu để xin học bổng và tài trợ giúp cháu. Trường hợp này là sự thật hoàn toàn, gia đình cháu không có khả năng chi trả, nên tôi mới dám xin. Chứ các trường hợp bố mẹ có đủ tiền nhưng “giấu đi”, bắt con xin trợ giúp tài chính sẽ làm khổ con, cũng hơi mất thể diện và tự trọng của bản thân và của con. Trường hợp đó không khác nhiều so với những người suốt ngày “giả nghèo giả khổ” để xin trợ cấp người nghèo như báo chí vẫn đưa.

3. Vì vậy, để con có thể đàng hoàng tìm trường ĐÚNG Ý THÍCH VÀ KHẢ NĂNG khi du học, bố mẹ hãy cùng con lập kế hoạch sớm (ít nhất là 3 – 4 năm trước khi đi), tính toán xem mình có thể dành tổng cộng bao nhiêu tiền cho việc học của con, nói rõ với con, để chúng chuẩn bị cả về tâm lý và học vấn. Đừng có nói với con theo kiểu: “Bố mẹ không có nhiều tiền (ít là bao nhiêu, hãy nói rõ), con phải xin được càng nhiều càng tốt”. Kiểu nói đó thể hiện hai mặt của tâm lý: có tiền nhưng muốn con xin được tối đa. Cái tâm lý “tăng xin, giảm mua” đó cứ ám ảnh mỗi gia đình và từng đứa trẻ, vậy sao không tự thoát ra nếu bạn có đủ điều kiện về tài chính?

4. Nếu con nghèo và học giỏi thì việc được học bổng và trợ giúp tài chính là niềm vinh dự. Nếu con giàu mà học giỏi và được học bổng vì GIỎI cũng là niềm vinh dự. Nhưng nếu có tiền mà cất kín rồi đi xin xỏ để được trợ giúp tài chính thì là NỖI NHỤC.

Con gái tôi đi du học

Mùa hè năm 2005, tuy mới hơn 7 tuổi, vừa học hết Lớp 3, con gái tôi đã rất tự lập và chững chạc. Là người mẹ, đôi lúc tôi thấy mình "hơi bị thừa". Từ trường về, con tự làm bài tập, hôm thì tự tập đàn, hôm lại rủ bạn bè về nhà chơi. Sau khi ăn tối, hai mẹ con lên lầu, tôi đọc sách, con giở sách tự học thêm toán (sách tôi mua theo chương trình của Singapore) hoặc đọc truyện.

Một hôm, tôi buột miêng hỏi: "Con có thích đi trại hè (summer camp) ở Anh không?". Thế là mắt con sáng lên, xoắn xuýt hỏi, rồi ngày nào cũng giục tôi đăng ký. Tôi sục sạo các chương trình trại hè ở Anh thì chẳng nơi nào nhận trẻ 7 tuổi. Chết thật, đáng ra phải biết đủ thông tin rồi hãy nói, chẳng cái dại nào giống cái dại nào. Vậy là tôi đành liên lạc với trường Concord (nơi tôi có quen mấy giáo viên) để năn nỉ họ, để chứng minh là con tôi tuy mới hơn 7 tuổi nhưng tự lập lắm. Cuối cùng thì họ cũng đồng ý. Lại tiếp cái lo nữa: con bé lúc đó thỉnh thoảng vẫn đái dầm, sang đó ở cùng bạn khác, chẳng may mà "tè " ra giường thì nó sẽ xấu hổ và mất hết tự tin. Thế là hai mẹ con bàn luận đủ cách để việc đó không xảy ra. Còn mọi thứ khác, tôi đều rất yên tâm vì con đã được tôi dạy cho những kỹ năng tự lập từ khi mới sinh, con cứ lớn đến mứcnào, tôi lại "chuyển giao" quyền hạn và trách nhiệm đến đó.

Kỳ trại hè trôi qua êm ả, con hớn hở khoe với các bạn là mình 11 tuổi và ai cũng tin vì thấy con chẳng giống em bé 7 tuổi tí nào. Có một điều tôi không ngờ là con bắt đầu so sánh trường Anh và trường con đang học, rồi tìm mọi cách thuyết phục tôi cho con đi học nội trú bên đó. Lần đầu, khi con chính thức nói muốn đi, tôi ngồi chết lặng. Tôi phải mất hàng tuần ngẫm đi ngẫm lại chỉ để xác định cái gì sẽ tốt hơn cho tương lai của con và nếu điều đó tốt hơn thật thì mình sẽ tự phải giải quyết tâm lý của mình, chứ không được ngăn cản điều tốt mà con thích, nếu mình có đủ khả năng giúp con thực hiện. Tôi cũng cố nghĩ đến mọi khả năng, liệt kê ra mọi vấn đề để xem liệu có rủi ro gì lớn với con không, rồi hai mẹ con đều kết luận là không. Biết không cản được con, tôi lại bắt đầu công cuộc tìm trường. Cũng chỉ có một vài lựa chọn vì đâu có nhiều trường nhận trẻ nội trú từ 8 tuổi? Cuối cùng, hai mẹ con quyết định chọn trường Badminton ở thành phố Bristol. Tháng 2 năm 2006, cả nhà cùng nhau sang xem trường và để họ phỏng vấn con.

Sau buổi phỏng vấn, biết tôi còn ngần ngừ chưa quyết định, cô hiệu trưởng cứ cố thuyết phục: "Con gái chị học giỏi, lại rất tự lập. Tôi chưa thấy đứa trẻ nào như cháu. Chị hãy dẹp lo lắng để cho cháu cơ hội được sang đây học". Thế là quyết định. Khi xin visa, lãnh sự quán Anh tại Thành phố Hồ Chí Minh cấp luôn cho 9 năm, chắc lần đầu họ được cấp visa cho một cô bé hơn 8 tuổi đi du học nên hào phóng như vậy.

Học kỳ đầu tiên, hai tuần đầu, con rất hào hứng. Tuần thứ ba, đột nhiên, vào trưa thứ Năm, tôi nhận tin con nhắn: "Mẹ gọi cho con" khi mới khoảng 5 giờ sáng bên đó. Có chuyện rồi! Tôi còn nhớ lúc đó, tôi đang ngồi ăn phở ở quán 24 đối diện với tòa nhà Somerset. Tôi

lập tức gọi lại nghe con thầm thì, nức nở: "Mẹ ơi, bạn Clare suốt ngày bắt nạt con". Tôi an ủi, rồi bằng những câu hỏi ngắn gọn và nhẹ nhàng, tìm hiểu xem có chuyện gì xảy ra. Thì ra, cả khối dưới lớp 9 chỉ có độ 16 cháu ở nội trú, trong đó con gái tôi bé nhất. Vì vậy, con phải sống cùng phòng với 3 cô bé Hàn Quốc, đều lớn hơn con 2 – 3 tuổi trong đó có cô bé tên là Clare, rất thông minh nhưng cũng rất gấu, cầm đầu để cả bọn chế giễu, bắt nạt con gái tôi. Tôi an ủi, cố gắng nâng đỡ tinh thần cho con mà lòng như bị xát muối. Trưa hôm sau, con lại gọi đúng giờ đó. Con kể là các bạn nói chuyện inh ỏi bằng tiếng Hàn, nhìn con chế giễu rồi cười phá lên. Có bạn còn nắm tóc con mà kéo. Con lo sợ đến mức không thể ngủ được và bị đau đầu. Tôi nghe, lại an ủi con và hẹn con ngày hôm sau, thứ Bảy, hai mẹ con sẽ nói chuyện dài. Trưa hôm sau, nhìn con cố nén tiếng nức nở, mắt sưng húp do khóc về đêm mà tim tôi thót lại. Tôi cố giữ khuôn mặt bình thản, tự nhiên, hỏi con về từng việc, tư vấn cho con cách giải quyết. Tôi nhắc đi nhắc lại: "Mẹ yêu con và lúc nào cũng yêu con. Mẹ sẽ luôn bên cạnh để giúp con, nếu có thể". Khi thấy con khóc nhiều quá, tôi gằn giọng: "Thu, con hãy chấm dứt việc khóc lóc. Khóc thế đủ rồi. Con còn nhớ mẹ vẫn dặn con: cắn răng lại, ngẩng cao đầu lên. Mẹ cho phép con đẩy bạn ra, nếu bạn nắm tóc. Mẹ cho phép con đánh lại, nếu bạn đánh con, nhưng con PHẢI NHỚ một điều: không bao giờ được khóc lóc trước mặt những người đang sỉ nhục hoặc làm điều xấu với con! Hãy chứng tỏ cho họ con là cô bé dũng cảm, họ sẽ phải chịu thua". Con gái giật mình, có vẻ tĩnh trí lại. Tôi nhẹ nhàng nói tiếp: "Con hãy suy nghĩ kỹ xem mình phải làm những gì để vượt qua việc này và nếu cần mẹ giúp những gì, con cứ nói". Mẹ sẽ làm tất cả những gì có thể, với điều kiện con phải tự mình suy nghĩ trước, rồi mẹ con mình cùng bàn". Sau đó, tôi hướng dẫn con gái làm một bản liệt kê các phương án phân tích cái lợi và hại của từng phương án, để có cơ sở lựa chọn. Cuối cùng, tôi hỏi: "Con có cần mẹ email cho cô hiệu trưởng, yêu cầu cô cho con chuyển sang ở phòng khác không?". Tôi cũng nói thêm: "Nếu sau khi đã suy nghĩ kỹ, con muốn về, mẹ cũng hoàn toàn ủng hộ. Cái mẹ muốn là con luôn được vui vẻ và hạnh phúc". Được mẹ "lên dây cót" tinh thần, con gái bình tĩnh lại: "Thôi mẹ cứ để con nghĩ đã. Nếu cần nhờ mẹ, con sẽ gọi điện hoặc email. Con sẽ không về, sẽ ở lại và vượt qua". Mọi việc có vẻ yên ổn. Đến dịp nghỉ giữa học kỳ vào tháng 10, sang đưa con gái đi chơi, hai mẹ con tôi lại tâm sự. Tôi thực sự giật mình khi nghe con kể: "Mẹ ơi, con học được bài học là cái gì mình cũng có thể vượt qua, nếu mình chịu khó suy nghĩ và quyết tâm thực hiện. Bây giờ, chẳng ai sợ bạn Clare nữa mẹ ạ và cũng chẳng ai muốn chơi với bạn ấy. Còn con thì có rất nhiều bạn bè". Tôi hỏi con đã làm gì, con trả lời: "Con nói thẳng vào mặt bạn những suy nghĩ của con, đầu tiên là với riêng bạn. Khi bạn không thay đổi, con gọi thêm mấy bạn khác, và con thay mặt tất cả nói thẳng hết những cái xấu bạn làm với mọi người, yêu cầu bạn ngừng ngay những hành động đó. Thế là chẳng ai sợ bạn nữa".

Vậy đó, khi con có vấn đề, dù nhỏ hay lớn và con cầu cứu bố mẹ, xin các bạn đừng mắng mỏ, chì chiết con. Chúng cần bố mẹ nâng đỡ về tinh thần, cho lời khuyên về giải pháp, bàn bạc để giúp chúng giải quyết vấn đề. Đừng bao giờ nghĩ là chúng chưa cố gắng hết mình, hay chúng đang vòi vĩnh, đang "làm nũng" với bố mẹ. Đừng đẩy con lọt vào vực thẳm tâm lý, hậu quả có thể rất lớn.

Đây là mấy email của con gái gửi tôi năm 2006, mà tôi còn lưu được: "Me oi!".

Con yêu mẹ lắm, nhất trên đời. Có lúc con thấy rất buồn, nhất là lúc con đi tắm. Việc duy nhất con làm được là khóc. Con không thích nhưng vẫn phải khóc bởi vì con rất, rất buồn. Có những

lúc con đọc email của mẹ và thấy cảm động lắm, cứ lần hồi đọc cho đến hết. Con cũng thấy đỡ hơn rồi, nhưng có những việc con muốn bàn với mẹ trên điện thoại thứ Bảy này. Con lo một chút bởi vì con sẽ đi Bath vào thứ Bảy, không biết có nói chuyện với mẹ được không. Con rất muốn nói trước nhưng không biết mấy giờ đi hay bao giờ về.

Thời gian vừa qua, con ở đây cũng ổn. Không tồi tệ đâu mẹ ạ! Con nhớ mẹ quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá quá!

Mẹ ơi!

Con yêu mẹ quá, con nhớ mẹ quá! Ngày ngày trôi qua, ít nhất là con cũng thấy đỡ hơn. Nhớ mẹ, yêu mẹ cũng có lúc làm con buồn. Con là học sinh nội trú nhỏ nhất, nhưng các chị không thể giúp con nhiều. Con cần những bạn bằng tuổi con cơ! Con chỉ có 8 tiếng ở trường trong ngày, nghĩa là con chỉ có 40 tiếng ở trường trong khi có những 55 hay 60 tiếng trong ký túc xá. Con thích những chị này trừ chị Oh. Nhưng có lúc mẹ biết con thấy lạc lõng bởi vì con bé nhất, đúng không ạ? Con có thể lên lầu nói chuyện với mấy chị lớn hơn, nhưng như thế còn khiến con cô đơn hơn. Hay con thể hiện tâm trạng của mình những lúc cô đơn như thế này giống mẹ, kiểu như đánh đàn, đọc truyện hay con có thể nói chuyện với cô Tsiopani, cô Ann hay mẹ nhỉ?

Mẹ ơi!

Yêu mẹ lắm. Hôm nay con cũng vui, mọi việc cũng bình thường. Con biết có lúc có việc hơi sai sai một tí, nhưng mình cũng phải tìm cách thể hiện bản thân và đưa mọi thứ trở lại vị trí vốn có của nó. Con cố thực hiện điều đó. Hai tuần và 3 ngày nữa mình gặp nhau rồi. Con vui về chuyện đó lắm, nên con cứ nghĩ là chỉ còn một tuần nữa con sẽ gặp mẹ. Ai cũng tốt với con hết, con tìm được nhiều bạn khác chứ không chỉ có mỗi bạn thân đâu. Con chúc mẹ ở nhà vui vẻ và con gửi lời hỏi thăm bác Chi, bà và anh Mai.

Mọi người có hỏi thăm con không? Con ở đây vui lắm, mẹ nhớ đó! Con đã đi quanh khu Cote Grange Cottage và nhiều người nhớ nhà lắm, muốn về. Có những người GHÉT trường ở đây. Sao lại thế nhỉ? Tìm hiểu về những người khác cũng vui lắm mà! Nó làm con cảm thấy khá hơn. Có những người ghét trường nhưng cũng dũng cảm, không khóc và đứng dậy vững vàng, cố gắng tận hưởng cuộc sống. Thế là tốt, con sẽ bắt chước và làm mẹ tự hào về con.

Con yêu mẹ và con sẽ gặp mẹ sớm thôi nhỉ?

Năm 2007, thấy con gái đã vượt qua mọi khó khăn ban đầu của cuộc sống nội trú xa nhà, tôi thở phào nhẹ nhõm, tạm yên tâm. Không ngờ, vào đợt nghỉ Noel, nàng nghiêm túc trao đổi với tôi: “Mẹ ơi, về việc học thì trường này ổn, nhưng về ăn ở thì không thật tốt”. Khi tôi hỏi cụ thể hơn, nàng nêu ngay ví dụ bị bạn bắt nạt. Lúc đó, con mới kể là đã lên gặp cô hiệu trưởng báo cáo, đề nghị cô làm việc với bạn Clare để bạn chấm dứt bắt nạt người khác. Hình như cô hiệu trưởng có hứa, rồi trao đổi lại với cô quản lý khu nhà ở. Có cái dở là cô quản lý đó đã già, không chồng không con chỉ muốn bọn trẻ tự giải quyết với nhau cho cô đỡ nhức đầu. Vậy là con gái phải một mình đương đầu để tự giải quyết mọi việc.

Sau khi bàn bạc, hai mẹ con quyết định sẽ lập tức chuẩn bị cho việc con chuyển về trường tốt hơn sau khi học hết Lớp 6 tại Badminton. Trường được nhắm từ hồi con gái còn bé là Wycombe Abbey ở High Wycombe. Sau khi xem trường, con thích mê và quyết tâm vào bằng được (mà thích nhất là bộ đồng phục). Cả tôi và con đều biết, để vào được Wycombe Abbey, không chỉ cần học giỏi. Họ có cả một ngày để phỏng vấn, bao gồm làm việc theo nhóm, biểu diễn các tài năng. Sau khi suy nghĩ, tôi bàn với con chơi piano (chắc tất cả đều khoe môn này nên ta cứ làm), chơi viola (hơi đặc biệt hơn một chút, vì ít người học hơn piano), hát (hay quá, con rất thích bài hát trong phim Titanic). Nhưng có cái gì để làm nên sự khác biệt, độc đáo? Hai phương án được đưa ra: sáo trúc và vừa nhảy vừa hát mấy bài Hàn Quốc đang rất thịnh hành năm 2008.

Thế là ròng rã trong hai năm trời, cứ mỗi dịp con về Việt Nam (trừ những kỳ đi nghỉ), kế hoạch hợp lý cho các việc đã được lập ra:

1. Luyện các bài kiểm tra của năm cũ (1 bài/ngày, mất khoảng 1 tiếng).

2. Luyện piano (nhờ cô Quân luyện 2 – 3 buổi/tuần, hàng ngày con tự tập 30 phút).

3. Tập thổi sáo trúc (nhờ ngay chú Phan Xuân Tài mua hộ cây sáo và dạy luôn).

4. Con tự tập hát, tập nhảy.

Hàng ngày, trừ lúc con bấm đồng hồ tự luyện bài thi, thời gian còn lại trong nhà cứ như cái chợ vỡ: nào tiếng đàn, tiếng hát, tiếng sáo, nhạc Hàn Quốc ầm ầm.

Giờ chót, con quyết định chỉ “trổ tài” piano, viola, thổi sáo và hát, bỏ nhảy và hát bài Hàn vì sợ trường Wycombe Abbey theo phong cách cổ điển, sẽ không thích sự nhắng nhít. Tôi để cho con tự quyết định.

Con nộp hồ sơ thi vào 2 trường Wycombe Abbey (trường này chỉ chấp nhận hồ sơ với thí sinh chọn là nguyện vọng đầu tiên) và trường Cheltenham Ladies College.

Công của hai mẹ con và chú Hải, chú Tài bỏ ra không uổng. Cùng trong một ngày vào tháng 2 năm 2009, tôi nhận được email chấp nhận của cả hai trường. Cheltenham cho cháu học bổng toàn bộ học phí, nhưng con gái cương quyết chọn Wycombe Abbey chỉ với lý do lúc đó là không thích bộ đồng phục của Cheltenham. Mẹ đau hết cả người nhưng sau này cũng phải công nhận là con quyết định đúng. Wycome Abbey tuy không cho học bổng, nhưng đã tạo cho con gái tôi những cơ hội tuyệt vời để con thành cô gái tự tin, bản lĩnh, quyết tâm, có kiến thức rộng về nhiều mặt, có những người bạn thân thiết, luôn vui vẻ và hạnh phúc.

Bây giờ, ngồi ngẫm lại, tôi rút ra được mấy bài học:

1. Cùng con chuẩn bị càng sớm càng tốt.

2. Đặt mục đích rõ ràng, rồi lập kế hoạch hành động dựa trên mục đích.

3. Kiên trì mỗi ngày luyện một ít, đòi hỏi phải có kỷ luật cao (cả bố mẹ và con)

4. Tạo sự khác biệt khi có thể: Ví dụ, tôi khuyên con tập thổi sáo, tuy không thể hay nhưng hội đồng tuyển sinh sẽ không có ai khác để so sánh. Qua đó, họ cũng đánh giá con gái tôi có nhiều ý thích và khả năng đa dạng, sẵn sàng tham gia vào bất cứ hoạt động gì của trường trong tương lai.

Du học sinh: Câu chuyện về hay ở, những điều thật và ảo

Quan điểm của tôi được định hình dựa trên kinh nghiệm cá nhân, một người từng tư vấn, lo cho các cháu đi du học và tìm việc làm (con tôi năm tới mới vào đại học nên chưa kịp nghĩ đến chuyện về hay ở). Mặt khác, quan điểm đó cũng định hình từ kinh nghiệm của một người làm kinh doanh, đã từng tuyển, đào tạo và sử dụng hơn 10 sinh viên du học về nước trong những năm 2012 – 2014.

Tôi sẽ nói về hai khía cạnh: cung – cầu (nguồn cung sinh viên Việt Nam ở nước ngoài) và nhu cầu thị trường lao động ở các nước đó sau khi các em tốt nghiệp.

Trước tiên, về nguồn cung là du học sinh, tôi xin nói thẳng, du học sinh cũng có rất nhiều đối tượng:

1. Đối tượng được học bổng "chính hiệu": Nghĩa là học bổng hoặc trợ giúp tài chính thực sự do học xuất sắc chứ không phải là các "chiêu bài" marketing của các trường từ Anh, Mỹ, Úc hoặc Singapore "dụ" sinh viên Việt Nam bằng học bổng vài chục phần trăm chỉ có giá trị 1 năm, rồi năm sau thu đủ. Với các sinh viên thực sự có tài này, cho đến trước khủng hoảng tài chính giai đoạn 2009, tìm việc "tử tế" ở nước ngoài không khó. Nói việc "tử tế" nghĩa là tôi loại các công việc làm theo kiểu "chui lủi", không giấy phép lao động như phục vụ bàn, làm móng...

2. Đối tượng du học tự túc: Đối tượng này ngày càng nhiều, đủ các mức trình độ và khá phức tạp:

- Các em mà gia đình thực sự hiểu biết, bố mẹ và con cái cùng chuẩn bị chu đáo cho việc du học. Dù có thể học không thật xuất sắc như các sinh viên trên nhưng nếu cần cù chịu khó để đảm bảo việc học hành, cơ hội các em xin được việc ở nước ngoài trước những năm 2009 là nhiều. Và vì vậy, nếu ai lưu ý một chút sẽ nhận thấy trước năm 2007 – 2008, sinh viên Việt Nam ở lại nước ngoài làm việc khá nhiều.

- Các em được chiều chuộng (gia đình thường là khá giả), ở trong nước thì "vừa học, vừa chơi" và học ở mức trung bình làng nhàng. Ra nước ngoài, các em này "chơi nhiều hơn học": chơi điện tử, đánh bài, ngủ (thường là "thức khuya ngủ trễ")... Với các em này, được tấm bằng "thật" để về nước là may lắm rồi chứ tôi biết nhiều em còn thuê in bằng giả để về lừa bố mẹ. Của đáng tội, các ông bố bà mẹ lứa tuổi tôi, ai mà không biết ngoại ngữ, dễ bị các "du học sinh" này "làm xiếc" lắm. Tôi đã từng phỏng vấn một em, bố mẹ rất giàu, sang học ở Anh 4 năm. Khi

phỏng vấn, tôi hơi nghi nghi là cậu chàng này chưa thể tốt nghiệp nên truy tới số. Sau cùng, cậu bé chân thành tâm sự: “Trường cháu bọn sinh viên Việt Nam học dốt lắm cô ạ. Bọn cháu chơi bài thâu đêm rồi ngủ đến chiều, chẳng đi học. Trường họ kệ, miễn là bố mẹ trả đủ tiền”. Khi được hỏi: “Vậy làm sao bọn cháu tốt nghiệp?” thì cậu bé cười ngượng ngập: “Bọn cháu đâu có tốt nghiệp”. “Ơ, thế bố mẹ không mắng à?”. “Nói thật với cô, bọn cháu tìm được một chỗ in bằng giả bên đó, họ in y như bằng thật. Đem về cho bố mẹ xem, thế là xong”. “Thế bây giờ bố mẹ cháu vẫn nghĩ là cháu tốt nghiệp đại học ở Anh rồi à?”. Cậu bé gật đầu ngượng ngập, rồi năn nỉ: “Cô đừng mách bố mẹ cháu. Cô nhận thì cháu làm gì cũng được. Bố mẹ cháu bảo phải đi làm ở đâu đó đi để đỡ lang bang, cháu không cần lương cao đâu”. Thế là tôi nhận cậu ta về làm công viêc giao nhận hàng, cậu ta làm tốt, lại vui tính và thật thà (chỉ không thật thà với bố mẹ). Cậu bé khoe chỉ riêng ở trường đó, quãng vài chục sinh viên Việt Nam tốt nghiệp với “tấm bằng” tự thuê in này mà chắc ít bố mẹ biết. Đối tượng du học sinh này thì làm sao mà tìm được việc làm ở nước ngoài đây? Họ cũng chẳng phải là “nhân tài”, đơn giản là bố mẹ “bắt” đi du học để “tạm trốn” những xô bồ của xã hội, sợ bị bạn bè rủ rê rồi hư hỏng.

- Các em gia đình không thật khá giả, học xong, tốt nghiệp dạng làng nhàng, có tìm được những việc cũng làng nhàng đủ sống chui nhủi, không có giấy phép lao động. Muốn ở lại, các em gái chỉ có cách lấy chồng bản địa, các em trai thì khó lấy gái bản địa, nhưng có thể làm “hôn nhân giả” để ở lại. Hôn nhân giả khá thịnh hành ở Mỹ, chỉ khoảng 35.000 - 45.000 USD là có ngay một anh chồng hoặc cô vợ giả để xin thẻ xanh và nhập quốc tịch.

3. Tôi đoán (đoán thôi nhé), đối tượng học hành chỉ chiếm tối đa 20 - 30%. Hai đối tượng dưới gộp lại lớn hơn nhiều. Vậy tại sao xã hội cứ lầm tưởng tất cả du học sinh là “nhân tài”? Vì thường xuyên, báo chí cứ “giật tít” về những trường hợp sinh viên xuất sắc được học bổng mà chẳng ai đi sâu vào mọi “ngõ ngách” của cuộc sống và học hành của số đông du học sinh. Nói về các “chủng loại” học bổng, mới đây thôi, tôi lên Facebook và thấy một cô gái “tự quảng bá” từng là sinh viên được học bổng Asean ở Singapore, rồi học bổng đại học và thạc sĩ trường Top ở Mỹ, hiện là giáo viên dạy “văn học Anh” tại trường tiếng Anh nâng cao nào đó. Trong khi đó, trường đại học của cô bé xếp hạng 78/81 trong bảng xếp hạng của một vùng. Tôi cười nghiêng ngả trước khả năng tự “quảng bá” thương hiệu của lớp trẻ bây giờ. Hay thật, chắc chắn rất nhiều bố mẹ đang lầm tưởng cô bé là “nhân tài” về để phục vụ đất nước và sẵn sàng năn nỉ, “thuê” cô tư vấn cho con đi du học. Nếu lỡ thuê cô bé này, chắc con sẽ vào được các trường “top lộn ngược mất!”. Nói thật, kể cả các trường hợp báo chí đăng um sùm nhưng không đưa ra tận mắt cái giấy báo học bổng loại gì, bao nhiêu tiền mỗi năm cho những khoản nào, tôi đều thấy chưa “tâm phục khẩu phục”. Lại còn có anh chàng khoe là học thạc sĩ ở một trường thuộc Top đầu ở Mỹ (Princeton). Khi bị truy hỏi kỹ hơn, thì chàng ấp úng nói là học ở một trường nằm trong thành phố có cùng tên với trường nổi tiếng kia. Vì vậy, lời khuyên QUAN TRỌNG cho các bậc phụ huynh trước khi giao sự nghiệp học hành của con cho ai đó, hãy yêu cầu họ đưa đủ bằng cấp, giấy tờ chứng minh những gì họ quảng cáo nhé!

Sẽ không đầy đủ khi bàn về việc du học sinh “về hay ở” nếu thiếu sự nhìn nhận, đánh giá thị trường lao động ở nước ngoài, những nơi sinh viên Việt Nam hy vọng hoặc ở lại làm việc.

Trước năm 2006 – 2007, sinh viên du học tại Singapore, nhất là các em đi theo dạng học bổng của các trường Đại học Công nghệ Nanyang (NTU), Đại học quốc gia Singapore (NUS) và Đại học quản lý Singapore (SMU), tìm việc rất dễ. Một số sinh viên tốt nghiệp tại Anh, Úc, Mỹ cũng nhào về làm việc tại đây.

Cũng thời gian đó, tìm việc ở Mỹ và châu Âu chưa khó, lượng sinh viên học xong ở lại khá nhiều. Hầu như ai có điều kiện xin được việc làm để nhập quốc tịch là ở lại. Kinh tế bùng nổ, các ngân hàng, quỹ đầu tư... thiếu nhân lực, sinh viên các ngành kinh tế, quản trị kinh doanh, tài chính ngân hàng học giỏi, ra trường chừng vài tháng là tìm được việc với mức lương rất hợp lý, không những đủ tiêu xài mà còn có thể trả nợ vay lúc đi học hoặc giúp đỡ gia đình.

Còn các em học tầm tầm, không tìm được công việc cố định cũng có vẻ được thoải mái ở lại để làm các công việc tạp nham, kiếm đủ tiền để sống qua ngày. Có những đứa bạn của cháu tôi tốt nghiệp ở Mỹ đã gần 10 năm cho đến nay vẫn lang thang chưa có công việc ổn định mà chỉ chờ cho đủ 10 năm để Chính phủ Mỹ cho nhập quốc tịch theo diện "giải quyết hậu quả" của nhập cư trái phép. Lại có những cháu, học xong khóa này, lập tức đăng ký học tiếp khóa khác để kéo dài visa, ở lại thêm càng lâu càng tốt. Bố mẹ cạn kiệt tiền, gào thét kêu gọi dọa dẫm đủ kiểu, chúng cũng không về; thế là bố mẹ lại chắt bóp gửi tiền cho con "Học, học nữa, học mãi". Đối tượng này đông lắm, mà tôi đoán là chỉ khi bố mẹ cắt hẳn nguồn cung thì chúng mới buộc phải về. Vì hai chữ sĩ diện, bố mẹ luôn khoe với mọi người: "Cháu nó ở lại làm việc cho công ty này, công ty kia", nghe oai lắm.

Từ năm 2008 – 2009 đến nay, hầu như chỉ sinh viên học giỏi của các ngành Công nghệ thông tin mới có thể tìm được việc ở nước ngoài. Các ngành "hot" trước đó, sinh viên ra trường lũ lượt trở về. Sự trở về xảy ra chủ yếu là do không tìm được việc chứ chẳng phải vì cái gì cao xa. Hãy nhìn thẳng vào sự thật, đừng "thi vị hóa, lý tưởng hóa" mọi hành động của con người.

Hãy nhớ, ở Việt Nam những năm 2006 và 2007, cả đất nước như "lên đồng" với giấc mơ sau một đêm đổi đời. Nào công ty chứng khoán, nào đầu tư bất động sản, nào ngân hàng mời gọi... Nhiều sinh viên đã tốt nghiệp, đang làm việc ở nước ngoài cũng nhao về nước tìm cơ hội. Dạo ấy, đâu có nhiều người bàn luận về việc "về hay ở", nơi nào có nhu cầu, lại có cơ hội làm việc để kiếm tiền thì nguồn "cung" đổ về cũng là đúng quy luật. Vào cái lúc cơ hội kiếm tiền cứ bày ra mời gọi, về đến nơi là được các công ty nước ngoài tuyển liền, chẳng mấy người quan tâm đến lý do trở về là gì: tìm việc lương cao, cưới vợ lấy chồng, phụng dưỡng bố mẹ... Đúng là "nhất cử lưỡng tiện"! Thời kỳ đó, kinh tế dường như đi lên, nhiều gia đình dư giả hơn, lượng du học sinh tăng vọt, để đến năm 2012 – 2013 thì các em đổ về khá nhiều (gần như tắt hẳn hy vọng kiếm việc ở các nước tiên tiến, nhất là khi sức học làng nhàng).

Cuối năm 2012, tôi phấn khởi lên lịch tuyển một lực lượng hùng hậu 10 em tốt nghiệp ở nước ngoài nhằm đào tạo "thế hệ sau" cho công ty. Chúng tôi còn bàn luận rôm rả: chắc chỉ đến khi ở các nước họ chê thế này thì mình mới tuyển được số đi du học về. Sau những ngày dài phỏng vấn, tôi chợt nhận ra vài điều:

- Chất lượng không ổn: Có nhiều em học 4 năm ở Anh, Mỹ, Úc mà tiếng Anh nghe, nói quá lủng củng, viết thì dở tệ. Cái chúng tôi cần là những người làm các công việc cụ thể chứ không phải cán bộ "vạch chính sách", còn các em không có thực tế, rất ảo tưởng về bản thân với tấm bằng ở nước ngoài.

- Hầu hết số này là du học tự túc, gia đình khá chiều chuộng, bố mẹ cũng ảo tưởng con mình "rất giỏi giang" còn các em không có nhu cầu cấp thiết là phải đi làm để kiếm sống.

Rồi công ty cũng tuyển đủ 10 em theo kế hoạch, căng cán bộ ra đào tạo các công việc cụ thể mà các em chưa từng biết, chưa từng làm. Chỉ sau hơn 2 tháng, ba em xin nghỉ. Sau khi tìm hiểu lý do, tôi "sốc" thật sự và cảm thấy mình bị lừa: Một cô gái đi theo diện học bổng hẳn hoi, đang chờ visa để sang sống với chồng tại Anh nên "lấp chỗ trống thời gian" bằng cách xin việc làm tạm, vừa có lương thử việc, vừa được đào tạo; một chàng trai bảnh bao, đang chờ bố là quan chức trong một Tổng công ty nhà nước bố trí công việc cũng "lấp ngày dài" ở chỗ chúng tôi để được đào tạo có lương; cô thứ ba đang chờ trở lại Úc học tiếp, đồng thời lấy chồng. Vậy là tỉ lệ 30%. Sành sỏi trong việc tuyển chọn như tôi bị cú "nốc ao" đau điếng mà chẳng biết kêu ai.

Công ty vẫn kiên trì đào tạo tiếp những em còn lại. Thời gian đầu, các em tiếp thu khá nhanh, nhanh hơn số em học trong nước được tuyển cùng đợt. Nhưng chỉ sau 6 tháng, các em học trong nước bắt đầu tiến kịp, sau đó thì vượt lên: làm việc chăm chỉ hơn, thái độ tốt hơn, hòa đồng hơn, đặc biệt là không bị ảo tưởng "bằng cấp lấp lánh". Vì học ở nước ngoài nên các em luôn yêu cầu mức lương cao, khiến lãnh đạo "bí". Làm việc không tốt bằng, lương lại cao hơn, vô tình tạo nên sự bất công bằng trong công ty. Cho đến giờ, chỉ còn một em trụ lại và làm việc khá ổn.

Vậy nên, một lời khuyên tôi xin dành cho các bạn du học sinh: trở về hay ở lại đều phải tìm việc để tự lo cho cuộc sống. Nếu có điều kiện ở lại một cách đàng hoàng, tìm được công việc hợp với sở thích và có tương lai (chứ không phải cảnh chui rúc) thì cứ ở lại. Trở về mà bị "ám ảnh" mình đang "hi sinh" để cống hiến cho đất nước có lẽ sẽ làm cho những bạn học ở Việt Nam áy náy và tủi thân. Các bạn cũng nên bỏ cái sĩ diện "hão" để chấp nhận một thực tế "phũ phàng": sẽ khó hoặc gần như không tìm được việc làm nếu không học giỏi và có khả năng thực sự. Còn nếu các bạn chấp nhận cả đời ăn Mc.Donald, chạy bàn ngày 12 tiếng để chờ 10 năm xét nhập quốc tịch thì đó cũng là lựa chọn của chính mình.

Với các bậc phụ huynh có hoặc sắp có con du học, xin đừng tạo ảo tưởng, đừng quá tự hào vì tấm bằng của Anh, Mỹ, Úc. Hãy xác định cho con mục đích của việc học là để sau khi tốt nghiệp là làm việc, hầu hết các công việc là những việc cụ thể chứ không "cao vời" như các em tưởng tượng: Ai làm nhóm ngành kinh doanh thì phải lăn lộn ngoài đường để gặp khách hàng, ai làm nhóm ngành điều hành thì phải chi tiết từng công việc để không bỏ sót bất cứ công đoạn nào... Và một điều cơ bản nữa là tấm bằng nước ngoài không đảm bảo mức lương cao hơn các bạn học trong nước nếu con bạn không có khả năng đặc biệt hơn.

Dạy con đôi khi thật đơn giản

Bàn về học bổng các trường đại học Mỹ

Tôi đọc và nghe nhiều về việc học bổng tại Mỹ. Nhưng chỉ sau chuyến đi tham quan 8 trường đại học, tôi mới đủ tự tin để bàn về vấn đề này. Tuy nhiên, có rất nhiều khái niệm tôi vẫn chưa hiểu hết và tôi sẽ "thú nhận" khi nói đến điều đó.

Vậy học bổng (theo khái niệm tại các trường đại học Mỹ) – được hiểu thế nào? Có hai khái niệm được nhiều trường dùng chung, nhiều trường tách riêng, như sau:

1. Học bổng (Scholarship và Financial aid) nhiều lúc được hiểu là trợ giúp tài chính cho bất cứ sinh viên nào đủ tiêu chuẩn nhập học. Vì vậy, các trường mạnh về tài chính vì có quỹ trợ giúp lớn (Endowment), thường xuyên thông báo trên website là họ có cách tuyển sinh "need blind", tức là nhắm mắt chọn theo tiêu chí mà không để ý đến khả năng tài chính của sinh viên được nhận. Sau khi được nhận rồi, các gia đình sẽ phải kê khai thu nhập (có những tiêu chuẩn rất cụ thể) và trường sẽ tìm mọi nguồn trợ giúp (kể cả bảo lãnh cho vay) để sinh viên có thể theo học. Cơ hội này dành ưu tiên rất cao cho các sinh viên Mỹ. Họ có trợ giúp từ Chính phủ, từ các nguồn từ thiện... với các khái niệm như "grant", tài trợ không phải hoàn lại, và nhiều thứ rối rắm khác.

2. Còn học bổng vì thành tích học tập (Merit Scholarship) có ở nhiều trường nhưng hầu như không có tại các trường trong Top 50 (của bảng xếp hạng toàn quốc).

Ví dụ, trong các trường đại học Top 50, tôi chỉ mới thấy University of Southern California là có dạng học bổng này; còn trong bảng của Liberal Aid, tôi thấy có Claremont McKenna (xếp thứ 9) là có. Tất nhiên, các trường thứ hạng dưới hơn hoặc nằm trong các bảng xếp hạng theo vùng, sẽ có nhiều học bổng này hơn.

Sinh viên Việt Nam nếu muốn tìm Merit Scholarship, có thể sử dụng Google với từ khóa "US universities with merit scholarship", sau đó vào website từng trường để xem điều kiện cụ thể. Thường thì họ lấy tiêu chí là điểm SAT/ACT và GPA, công bố rõ phải đạt tối thiểu bao nhiêu. Với SAT, họ không quan tâm thi mấy lần mà chỉ chọn điểm cao nhất của từng môn trong các đợt thi rồi cộng lại với nhau. Ví dụ lần 1 được 650, 600, 700; lần 2 được 620, 550, 720 – thì họ sẽ lấy điểm cao nhất là 650, 600, 720. Nhiều trường chỉ cần 2 điểm đầu là Math và Critical Reading. Một số trường thứ hạng dưới 200 có tiêu chuẩn cho học bổng, học phí là SAT có 2 môn đầu 1350 hoặc 1400 và GPA 3.6 trở lên (đó chỉ là những trường tôi đã có dịp vào website chứ không phải điều kiện chung của tất cả các trường).

Nếu sinh viên Việt Nam muốn xin trợ giúp tài chính (scholarship, financial aid, grant...), hãy xem kỹ xem sinh viên ngoại quốc có được hưởng loại này không và thời gian chậm nhất để nộp hồ sơ xin trợ giúp tài chính là khi nào.

Từ lâu, tôi đã ngờ ngợ việc các trường dùng Merit Scholarship để thu hút những học sinh "con nhà khá giả học giỏi" và cạnh tranh với các trường xếp hạng cao hơn, ví dụ như các trường thứ hạng 20 - 100, để cạnh tranh với Stanford, Havard. Tôi khẳng định được "sự ngờ ngợ" này khi nghe nói chuyện tại trường Pomona, trường đứng thứ 5 trong bảng xếp hạng các trường Liberal Art Colleges. Họ khẳng định không có học bổng Merit Scholarship vì họ không cần thu hút học sinh bằng tiền. Họ mạnh và có đủ nguồn tài trợ 100% mức cần thiết cho tất cả sinh viên Mỹ được xét là đạt tiêu chuẩn nhập học Pomona. Còn sinh viên ngoại quốc, nếu muốn xin trợ giúp tài chính, xin xếp hàng ở sau sinh viên Mỹ. Vì vậy, trường này chỉ có duy nhất 1 sinh viên Việt Nam đang theo học.

Theo tôi, với khoảng 4000 – 5000 trường đại học đủ các loại tại Mỹ, việc cạnh tranh để "tranh giành sinh viên nhập học" rất "khốc liệt". Do vậy, lời khuyên cụ thể của tôi là:

1. Chuẩn bị sớm, kể cả về học, thi SAT và khả năng tài chính, nếu định hướng đi học ở Mỹ.

2. Các trường trong Top 100: Thường họ chỉ cho tối đa là 50% trợ giúp tài chính cho phần tiền học, tức là vẫn còn phải chuẩn bị quãng 45.000USD/năm

3. Với các gia đình tài chính hạn hẹp, con lại học không thật suất sắc, gia đình sẽ buộc phải bỏ công tìm các trường xếp hạng dưới 100, thậm chí dưới 200 hoặc 300, để có cơ hội nhận học bổng hoặc trợ giúp ở mức cao.

4. Nếu gia đình có đủ điều kiện về tài chính, nên cho con em vào các trường đúng với khả năng của con, đồng thời xem xét theo đúng nguyện vọng của con. Khi có đủ tiền, cha mẹ đừng nên cố tiết kiệm để dành mà bắt con mình phải vất vả tìm học bổng, hoặc xin trợ giúp tài chính, để rồi vào những trường thấp hơn khả năng của chúng rất nhiều. Quá trình tìm học bổng hoặc trợ giúp tài chính nhiều khi làm cả gia đình phải trả giá cao hơn là số tiền xin được: công sức, tiền của và nhiều khi cả là nước mắt.

... Mỗi ngày dành ít nhất một tiếng để dạy và học cùng con từ khi con mới ra đời là một phương cách đầu tư hiệu quả nhất cho tương lai của con!

PHẦN V: Tản mạn

Con gái tôi

Ngồi rỗi việc, tôi lục lọi trong kho chứa các bài viết của con gái và lôi ra được một bài con viết về mẹ. Đọc xong, tôi vừa cảm động, vừa lo lắng.

Mẹ biết là mẹ đã dạy và muốn con trở thành người như thế, nhưng khi đọc bài này, mẹ lo lắng nhiều hơn là vui mừng. Mẹ biết con là cô gái "rất ít ích kỷ, rất nhiều sự sẻ chia", nhưng có lẽ mẹ đã hơi sai lầm, khi dạy con luôn nghĩ về người khác trước khi nghĩ về mình? Có lẽ vì từ nhỏ, mẹ đã được dạy, thực sự nghĩ và hành động như vậy nên đã truyền lại cho con?

Hồi xưa, mẹ cũng đã từng "mình vì mọi người" có thể "nhảy xổ" vào giúp bất cứ ai, kể cả những người mà mẹ biết là họ sẽ quay lưng ngay lập tức khi mẹ gặp khó khăn và cần sự giúp đỡ, dù chỉ là về tinh thần.

Rồi gần 20 năm trôi qua, cuộc đời đã dạy cho mẹ biết bao bài học khác:

- Nếu mình không biết tự chăm sóc cho bản thân, sẽ chẳng ai có thể giúp mình đâu con ạ!

- Nếu mình không khỏe mạnh và vui vẻ, mình sẽ khó lòng đem lại hạnh phúc hoặc có đủ sức để giúp đỡ người khác.

- Mình không thể giúp hoặc chia sẻ cho người khác cái mà mình không có, dù đó là tình yêu, tri thức, sách báo hoặc cơm áo gạo tiền. Hãy giàu có về kiến thức để có thể chia sẻ những điều con biết, điều đó sẽ giúp cho xã hội tốt đẹp hơn. Khi con định chia sẻ về vật chất (dù đó là tiền bạc, quần áo...), hãy suy nghĩ kỹ xem liệu cái đó có làm cho người được giúp trở nên lười biếng và ỷ lại, tệ hơn là "giả nghèo giả khổ" để xin xỏ.

- Hãy giang tay giúp đỡ những người kém may mắn hơn mình, nhưng mẹ nhắc lại: KHÔNG BAO GIỜ được để họ ỷ lại vào mình mà trở nên lười biếng.

- Chỉ nên giúp người khác những gì mà họ KHÔNG THỂ TỰ LÀM ĐƯỢC. Nếu họ chưa biết cách làm, con hãy dạy họ làm nhưng không làm hộ. Nếu không, con có thể sẽ trở thành “đầy tớ suốt đời” cho ai đó thậm chí là cho chồng, con của mình.

Mẹ biết ai cũng sẽ phải trải qua rồi mới có được bài học cho riêng mình nên mẹ sẽ không khuyên con vào thời điểm này. Con hãy cứ làm những gì mà con nghĩ là tốt đẹp, vì nó tốt đẹp thật, con ạ! Mẹ chỉ cầu mong con luôn khỏe mạnh, biết giữ cân bằng trong cuộc sống để còn tận hưởng những niềm vui thật sự mà cuộc đời này mang lại. Đừng quá căng thẳng, đừng cố gắng quá sức mình và đừng lo lắng về những điều vu vơ.

Sân bay ở một nước Nam Mỹ nhỏ xíu, mẹ đi qua đi lại chờ đón con gái. Con bước ra khỏi khu an ninh, cười hớn hở. Trông con gái có vẻ gầy đi, mẹ hỏi tại sao, con trả lời là vì căng thẳng. Hồ sơ đã nộp gần hết rồi, trường này không nhận thì vào trường khác, con gái yêu ơi, sao phải lo lắng nhiều quá vậy?

Hình như cuộc sống hiện đại cứ bắt mọi người phải luôn trong tư thế sắp bước vào cuộc đua. Vậy là mẹ lập luôn một kế hoạch để giải tỏa căng thẳng và thải độc cho con, bắt đầu bằng 2 cốc to tướng nước giải độc bao gồm bưởi, chanh, gừng, tỏi, nghệ… mỗi ngày, rồi tắm biển, chơi tới bến.

Vậy mà cứ quay qua quay lại đã thấy nàng dở bài ra làm. Mẹ lại hỏi: “Sao con học gì mà học lắm thế. Khiếp quá”. Nàng trả lời: “Học trước để khi vào học kỳ sau nhàn hơn mẹ ạ”!

Lại “tội” của mẹ đấy mà! Khi con mới 3 – 4 tuổi, trước khi làm gì cùng con, tôi đều lấy tờ giấy hí hoáy lập kế hoạch rồi đọc cho con nghe. Tôi luôn giải thích: “Làm gì cũng có kế hoạch thì mình sẽ kiểm soát được thời gian con ạ. Đừng bao giờ việc hôm nay mà lại để đến ngày mai. Đừng bao giờ để xảy ra cảnh ‘nước đến chân mới nhảy’”. Bây giờ, con đang làm bài để khỏi chịu cảnh “nhảy” giờ chót, mẹ còn gì để than phiền đây?

Vừa ăn sáng xong, tôi lại thấy nàng giở toán ra làm. Mẹ liền “thắc mắc”: “Sao con phải học toán?”. Con trả lời: “Làm trước bài bây giờ thì kỳ sau, con khỏi phải học và có nhiều thời gian tham gia các hoạt động khác”. Con ơi là con, lúc nào cũng “lo xa” quá thì cuộc sống cũng căng thẳng lắm! Nhiều lúc cũng cần phải “chơi hết mình” chứ!

Lại “tội” của mẹ rồi! Con 4 – 5 tuổi đã bày hết trò chơi này đến trò chơi khác “dụ” con học trước môn Toán và tiếng Anh, bây giờ con vẫn thực hiện đúng như vậy, sao mẹ có thể cằn nhằn? Chẳng trách vào năm học, thấy con tham gia nhiều hoạt động mà mẹ phát chóng mặt: nào là chơi piano, viola trong ban nhạc, nào là dàn đồng ca, diễn kịch, rồi còn đến trại dưỡng lão giúp người già 1 – 2 buổi/tuần, rồi còn làm lớp trưởng nữa chứ. Con lấy đâu ra đủ thời gian nhỉ?

Con gái đúng là niềm may mắn kỳ diệu mà cuộc đời này dành tặng cho tôi.

Sự lựa chọn của mẹ

Mẹ sinh con ra, hiểu rõ rằng đó là lựa chọn của mẹ và chính mẹ (chứ không ai khác) phải làm tròn trách nhiệm với số phận một con người. Chính mẹ phải làm mọi việc, phải tạo mọi điều kiện tốt nhất trong khả năng của mình, để con được nuôi dưỡng và lớn lên trong một môi trường lành mạnh nhất, để con trở thành người tự lập, có trách nhiệm với bản thân, với người xung quanh, với xã hội.

Và trên hết, hạnh phúc thật sự của cuộc đời con sẽ là món quà vô giá con tặng mẹ.

Mẹ con mình chỉ có thể sống với nhau ở kiếp này. Con đem đến cho mẹ niềm vui vô tận được làm một người mẹ, thế là đủ. Mẹ không bắt con phải biết ơn mẹ vì công sinh thành vì nếu không muốn, chẳng ai có thể bắt mẹ mang thai và sinh đẻ. Mẹ không mong chờ con báo hiếu mà ngược lại, mẹ biết ơn vì có con trên đời này. Dù muốn bên con mãi mãi, mẹ cũng chẳng thể làm vật cản trong cuộc đời con, vì muốn hay không, chính con cũng chỉ có một cuộc đời để sống.

Mẹ đã được sống hết mình với chính cuộc đời của mẹ nên mẹ chỉ mong con hãy sống hết mình với cuộc đời con. Hãy yêu thương, hãy giận dữ, hãy cuồng nhiệt, hãy trầm lắng. Hãy ngẩng cao đầu chấp nhận và giang tay đón nhận mọi thứ sẽ đến với mình. Cuộc đời này quá ngắn để chần chừ trước bất cứ việc gì. Dù có kiếp sau, thì đó cũng là một cái gì vô định. Nếu được lựa chọn, mẹ muốn là cô con gái nhỏ bé của con, mình sẽ đổi vai trò, con nhé. Nói vậy cho vui chứ giấc mơ đó khó bao giờ có thể thành hiện thực, phải không con?

Dạo này, lúc con rảnh thì mẹ đang tít tắp ở đâu đâu ấy, lúc mẹ rảnh thì con lại không online. Sáng nay thức dậy, mẹ nhận được email báo có kết quả giữa kỳ của con. Mẹ "hững hờ" vào website của trường để xem: Con gái được A gần hết, chỉ có 1 điểm B+ môn hát đồng ca gì đó.

Mẹ thấy phục bản lĩnh của con, vẫn "kiên trì" học để có kết quả tốt nhất. Con là vậy, cái gì cũng phải cố làm cho tốt nhất trong khả năng của mình. Mẹ luôn tự hào về con, không phải vì kết quả, mà là sự quyết tâm và kiên trì. Mẹ rất vui khi con xác định học vì kiến thức và kết quả thể hiện kiến thức thật sự của mình, mình có quyền vui và tự hào vì điều đó.

Và bài học "buông tay"

Học bài học "buông tay" không hề dễ đâu các bạn ạ! Cũng chỉ mới vài năm gần đây, tôi mới "thực sự thấm thía" là mình đã đến lúc phải buông tay với nhiều điều trong quá khứ, nhiều việc dở dang không thể hoàn thành để "thật sự sống" cuộc sống của mình.

Nhưng thành công hơn cả là tôi đã kịp buông tay đúng lúc để con gái tôi có thể tự lực và mạnh mẽ làm quen với cuộc sống. Con tôi có thể đã hơi phải "với tay", nhưng những cái với không quá tầm luôn quyết định thành bại trong tương lai một con người.

Nhớ con gái...

Ngồi bên bờ biển, tôi lại nghĩ về con gái. Chỉ còn vài ngày nữa con tròn 17 tuổi. Cuộc đời đang mở rộng trước mắt con với bao điều tốt đẹp nhưng cũng nhiều thử thách. Con ơi, hãy sống hết mình, trước tiên là cho con, kế tiếp là cho những người mà con yêu quý và những người bất hạnh hơn khi họ cần con giúp đỡ. Đừng chần chừ, đừng tiếc nuối những gì đã qua, cũng đừng so sánh với những ai hơn mình. Hãy luôn nghĩ mình là người may mắn nhất, hạnh phúc nhất, là cô gái duyên dáng và xinh đẹp, chắc chắn những điều đó sẽ đến với con.

Con còn nhớ không, hè năm 2005, mới hơn 7 tuổi, con dứt khoát xin mẹ cho đi trại hè ở Anh. Mẹ lo lắng, băn khoăn nhưng không tìm ra lý do gì để nói KHÔNG với con. Mẹ đành viện lý do là thỉnh thoảng con vẫn "dấm đài", sang đó phải ở chung sẽ bị các bạn chê cười. Con nói: "Mẹ đừng lo, con có cách rồi". Vậy là mẹ đành đăng ký cho con đi ba tuần. Đem con đến trường ở một tỉnh xa tắp cách London 5 tiếng đi ô tô, mẹ giật mình khi thấy con thua các bạn nhỏ nhất tới 6 tuổi. Nhưng con điềm nhiên nói với mẹ: "Mẹ không được nói với anh chị nào là con mới 7 tuổi nhé". Rời trường về lại London, ruột mẹ như lửa đốt. Sóng điện thoại khu con ở kém, trong 3 tuần mẹ không thể nói chuyện được với con. Gần 3 tuần sau, mẹ trở lại, con gầy đi một chút và tỏ ra chững chạc hơn nhiều. Mẹ thì thầm hỏi: "Con có 'dấm đài' lần nào không?" Con tự hào lắc đầu. Mẹ hỏi: "Con làm gì?". Con điềm nhiên kể: "Cứ sau khi ăn tối (lúc 6 giờ), con không uống tí nước nào nữa thì trong bụng làm gì còn nước để đái dầm?". Ôi con gái mẹ! Ngay lúc đó, con hỏi: "Mẹ ơi, mẹ cho con sang Anh học từ năm sau nhé? Trường bên này tốt hơn nhiều!" Mẹ giật mình thảng thốt, không tin vào tai mình nữa. Sau một năm, con chỉ mới có hơn 8 tuổi, làm sao mẹ dám cho con đi học một mình?

Con không bỏ cuộc, ngày nào cũng tìm cách thuyết phục mẹ. Lại một lần nữa, mẹ không tìm ra được bất cứ lý do nào để nói KHÔNG với con. Vậy là tháng 2 năm 2006, hai mẹ con bay sang Anh để trường Badminton phỏng vấn. Mẹ thầm cầu khẩn họ đừng nhận nhưng tự biết đó chỉ là "giấc mơ" của mẹ mà thôi. Tất nhiên là họ nhận. Mẹ lại cắn chặt răng, tự an ủi: "Con đã lớn, không được lấy đi cơ hội của con".

Tháng 8 năm 2006, mẹ vừa chuẩn bị cho con đi, vừa chuẩn bị chuyển nhà. Mẹ biết con muốn được ở thử nhà mới trước khi đi. Một buổi tối, khi mẹ mệt mỏi từ công ty về, con rủ mẹ ra bàn ngồi, rồi nghiêm túc nói: "Mẹ ơi, con rất muốn chuyển về nhà mới. Nhưng mẹ vất vả và căng thẳng quá. Nếu quá sức, để con đi rồi chuyển cũng được mẹ ạ. Còn một điều nữa con muốn nói với mẹ: Mẹ không được khỏe (hồi đó áp huyết tôi rất thấp, lượng virus B trong gan đang tăng ầm ầm nên rất hay mệt), con lại đi xa, con lo lắm. Mẹ phải tự chăm sóc sức khỏe cho mẹ thì con mới yên tâm. Con đã dặn chú Hải (là anh chàng bồ của tôi) là phải dành nhiều thời gian để chăm sóc mẹ". Tôi ngồi lặng ngắt vì sợ hễ nói gì sẽ òa lên khóc mất. Trời ơi, cô con gái nhỏ bé chưa đầy 9 tuổi của tôi hay là mẹ tôi đây? Thật ra, trước đó từ lâu, con đã luôn coi tôi như em bé. Hễ đi đâu, con quan sát mẹ rất kỹ. Thấy tôi có vẻ mệt, con sán lại xoa tay, sờ đầu, hỏi dồn dập: "Mẹ lại mệt à? Mẹ có mệt lắm không? Có cố chịu được đến lúc về nhà không? Lúc đó con sẽ bóp đầu và đấm lưng cho mẹ". Nhưng cô con gái chưa đầy 9 tuổi nói với mẹ như ngày hôm đó thì chính tôi cũng bất ngờ. Sau một hồi trấn tĩnh, cố nuốt nước mắt, đồng thời cố nhịn để khỏi phá lên cười, tôi nói: "Con cứ yên tâm, bà cụ non của mẹ ạ! Mẹ sẽ cố gắng luôn khỏe mạnh để con không bao giờ phải lo lắng cho mẹ, để con có thể đi bất cứ nơi đâu và thanh thản sống cuộc sống của mình".

Đó cũng là động lực giúp tôi luôn cố gắng sống khỏe, sống vui và sống tốt. Vì ở bất cứ nơi đâu, đôi mắt nhỏ của con gái luôn dõi theo tôi với sự quan tâm và yêu thương tha thiết. Khi tôi làm được việc gì tốt, người đầu tiên tôi khoe chính là con gái, người đầu tiên vỗ tay hoan hô và khen ngợi cũng như động viên mẹ hết lời cũng chính là con gái.

Con gái yêu ơi, cứ yên lòng sống cuộc sống của mình, con nhé!

Thao thức trong đêm

Nhìn con gái hớn hở pha lẫn hồi hộp, háo hức chuẩn bị đồ để đi làm công việc cộng đồng, tôi cũng thấy rạo rực theo. Để rồi khi tiễn con trên sân bay, nhìn bóng con bé nhỏ với balo sau lưng, tay kéo chiếc vali, lòng tôi dội lên những cảm giác khó tả: vui mừng vì tuy chưa tròn 18, con đã thật sự trưởng thành để có thể tự chọn cho mình một hướng đi, đủ can đảm thực hiện điều mình muốn. Lẩm cẩm lo lắng những điều rất vô cớ, những giả thuyết rất dở hơi...

Nhận tin nhắn của con khi dừng ngủ đêm tại Doha, tôi vẫn hơi thấp thỏm: liệu con có nhớ để chuông thức dậy đúng giờ kịp chuyến bay nối tiếp? Để rồi sáng qua, tôi nhận được email từ tổ chức Rustic Pathway thông báo ngắn gọn là con gái đã đến Tanzania an toàn, xin gia đình đừng lo lắng. Họ còn dặn thêm: “Không có tin tức gì nghĩa là tin tốt, no news is good news.” Vậy là, sẽ không thể liên lạc, chuyện trò với con trong hơn 3 tuần.

Bạn bè hỏi cho con đi đâu không cho lại đến những nơi “cụ tổ” của “khỉ ho cò gáy”? Tôi vốn kém địa lý, tìm mãi mới thấy đất nước Tanzania trên bản đồ châu Phi. Thật ra, nếu được lựa chọn, tôi cũng chẳng cho con đi đâu, nhưng đấy là con chọn và tôi đã giao cho con quyền đó từ lâu, chẳng lẽ bây giờ đòi lại? Con gái có vẻ biết mẹ lo lắng lắm nên tỏ ra rất chăm chú nghe những điều mẹ dặn, miệng tủm tỉm cười. Mà tôi chẳng dặn gì dài dòng, chỉ bắt con mang theo vitamin C liều cao và Colloidal Silver, rồi dặn: uống vitamin C hàng ngày để tăng sức đề kháng, còn uống và bôi Colloidal Silver khi đau bụng hoặc bị thương.

Hai đêm rồi, giấc ngủ của tôi hơi chập chờn. Không quá lo lắng, sao vẫn thấy bồn chồn. Vẫn biết hàng năm, hàng triệu thanh niên đi làm tình nguyện do các tổ chức quốc tế kêu gọi mà có ai bị sao đâu, vậy mà tôi vẫn tự hỏi: Nhỡ đâu... Có lẽ mình già rồi chăng, như con gái vẫn hay trêu: “Già rồi sinh lẩm cẩm”.

Con gái yêu ơi, mẹ biết con đã đủ lông đủ cánh và đủ dũng cảm cũng như bản lĩnh để vào đời. Mẹ đã và sẽ tạo mọi điều kiện để con khám phá bản thân và cuộc sống, để con có cơ hội cống hiến hết mình cũng như tận hưởng mọi điều mà cuộc sống có thể đem lại. Con hãy nhớ, nếu không dám chấp nhận rủi ro và trải qua thử thách, con sẽ không bao giờ có được cảm giác hạnh phúc tột đỉnh. Hãy giang tay đón nhận mọi điều, cô con gái yêu bé bỏng của mẹ ngày nào.

Tôi muốn gửi tặng con gái một bài thơ sưu tập được từ Facebook mà tôi rất thích:

MẸ DẠY CON

Con đừng suy nghĩ nhiều về chỗ đứng

Con nên suy nghĩ về cách đứng thế nào

Đứng thẳng người chỗ thấp thành cao

Đứng khom lưng trên cao thành thấp.

Biết sống đủ luôn thấy mình hạnh phúc

Sống tham lam giàu có hóa ra nghèo

Con đừng làm cái bóng ăn theo

Biết gieo cấy để vui ngày gặt hái.

Đời là biển khổ, con đừng ái ngại

Phải vượt lên để biết làm người

Hạnh phúc ở đời tỉ số những buồn vui

Phải cóp nhặt những niềm vui nhỏ nhất.

Vui thanh thản là niềm vui có thật

Vui hư danh là trò ảo ở đời

Một kiếp người ngắn lắm con ơi

Biết sống đẹp là điều không phải dễ.

Dạy con đôi khi thật đơn giản

Hãy vượt qua nỗi sợ hãi

Con gái yêu của mẹ!

Mẹ nhớ mãi một ngày tháng 5 năm 2006, thiếu sáu tháng nữa con tròn 9 tuổi. Tháng 9 năm đó, con sẽ một mình nhập trường nội trú ở thành phố Bristol nước Anh. Ba người nhà mình quyết định đi leo núi Yên Tử. Lúc đó, cáp treo mới hoàn thành giai đoạn 1, muốn lên chùa Đồng phải leo núi khá xa, đường đi ngoằn nghèo với những đoạn một bên là vách đá, một bên là vực, rất nguy hiểm. Con đã được chuẩn bị kỹ từ lâu về mọi thứ: tập leo núi, kỹ năng đi bộ, rèn luyện sức khỏe... và mẹ nghĩ mọi thứ đã rất hoàn hảo cho con thử sức.

Thật tuyệt vời! Ngồi trên cáp treo, cảm giác mình như đang bay qua vực sâu, hướng lên phía đỉnh núi, xung quanh là núi đồi hùng vĩ, cây cối xanh ngút ngàn. Rời cáp, hình như chỉ có ba chúng mình leo tiếp đoạn sau. Đi được độ một phần ba quãng đường, trời đột nhiên mưa lâm thâm. Mẹ hơi lo ngại nhưng vẫn động viên con đi tiếp, quyết không bỏ cuộc. Có một điều mẹ không ngờ tới để chuẩn bị, tuy mưa không dày hạt lắm, nhưng có lẽ vì ẩm ướt nên giun đất bò ra nhiều kinh khủng. Nói thật, mẹ sợ tất các loài vật bò sát, cái bọn cứ đong đưa uốn éo, ngoằn nghèo, trông thấy là đã rợn tóc gáy. Một điều không ngờ nữa là con gái mẹ cũng sợ giun và vì còn bé, con không kiểm soát nổi mình. Nhìn lũ giun dày đặc dưới đất, con run bắn lên, bám chặt vào tay mẹ, co chân tránh giun, mặt tái mét, mếu máo. Nếu cứ thế này thì con có thể kéo cảba xuống vực, nát thây chứ chẳng chơi. Không kịp suy nghĩ nhiều, mẹ gầm lên: “Thu, ngẩng cao đầu lên, cắn chặt răng lại và đi”. Con giật mình, mắt mở to đầy nước mắt, có lẽ sợ mẹ quá nên tạm quên nỗi sợ giun. Mẹ nắm chặt tay con, nghiến răng dùng chân xéo nát một con giun, rồi cố nói một cách bình thản: “Con thấy không, mình có thể di chết giun mà, thế sao mình lại sợ nó? Thôi cắn răng lại, mẹ muốn nghe con cười, rồi mình đi tiếp”. Vậy là con cố nhe răng cười to một cách gượng gạo, bước tiếp. Lên đến chùa Đồng, mẹ ôm con vào lòng căn dặn: “Mẹ không thể đi theo con suốt cả cuộc đời. Có những lúc, nỗi sợ hãi sẽ làm mình trở nên mụ mẫm, không còn tỉnh táo để suy nghĩ và hành động một cách sáng suốt. Nỗi sợ hãi có thể là nguyên nhân giết chết ta một cách oan uổng. Vì vậy, đừng bao giờ để cho sự sợ hãi chế ngự, kiểm soát mình con ạ! Bất cứ lúc nào, khi thấy mất tinh thần hay sợ hãi, con hãy nghiến chặt răng lại, ngẩng cao đầu và tập trung suy nghĩ để tìm ra cách tốt nhất vượt qua tình thế nguy hiểm”.

Hơn một năm sau, tháng 12 năm 2007, trong lần đi trượt tuyết ở Áo, con bị trượt xuống vực một mình lúc trời nhập nhoạng tối. Con can đảm, không khóc lóc, không mất bình tĩnh mà đã tìm mọi cách báo hiệu cho mọi người biết để xuống giúp.

Tháng 12 năm ngoái, nhà mình lại đi trượt tuyết. Sau mấy ngày tập, con quyết định lên trượt trên đỉnh cao, nơi dành cho những người đã thành thạo. Nhìn lên đỉnh núi xa tít, mây mù che khuất, mẹ thấy run rẩy tự đáy lòng. Muốn thốt ra một lời để ngăn con nhưng rồi mẹ tự nghiến chặt răng lại: “Không, mẹ không thể đi theo để bảo vệ con suốt cả cuộc đời”. Hãy để con được thử thách và tự lựa chọn làm những việc con muốn. Mẹ không thể dùng tình yêu

làm lực cản trên bước đường đời của con. Con không ngã ngày đầu, mà đến 2 – 3 ngày sau mới ngã. Cú ngã làm con lăn lông lốc hàng trăm mét từ đỉnh núi. Lại một may mắn lớn, chân không bị gãy nhưng đau mất ba tháng mới khỏi. Con rút ra bài học: mấy ngày đầu, con rất cẩn thận; đến ngày đó, con hơi tự tin quá, nghĩ là mình đã thạo, sơ ý vài giây và bị ngã ngay. Vậy đó con ạ, mình phải chế ngự sự sợ hãi nhưng không bao giờ được chủ quan, mẹ mừng là con đã học được bài học quý giá, có ích cho con đến cuối đời.

Chắc con cũng biết, mấy tháng nay, liên tiếp xảy ra bốn vụ tai nạn máy bay làm hàng trăm người thiệt mạng, đặc biệt thương tâm là vụ MH17 bị bắn tại Ukraine. Hàng ngày hàng giờ, báo chí, đài truyền hình trong nước và quốc tế, các mạng xã hội, các thông tin, bình luận, chia sẻ lan truyền chóng mặt. Ai không biết cũng phải biết. Ai chuẩn bị phải đi máy bay cũng cảm thấy bất an, lo lắng. Đó là tâm lý rất thông thường. Truyền thông như một tấm gương nhiều chiều, phản ánh mọi mặt của các sự kiện dưới nhiều góc độ khác nhau. Tấm gương đó lại được phóng đại lên theo thời gian và không gian, xoáy vào tâm trí ta, làm cho trí óc ta bị xoay chiều theo nó một cách tự nguyện. Ta không còn minh mẫn, tỉnh táo để phân tích, suy luận một cách logic mà suy nghĩ theo vòng xoáy của số đông và lo sợ những điều mà mọi người bàn tán là đáng phải lo sợ.

Những tháng này, con phải bay đi, về từ Anh rồi lại bay đi Thái Lan. Ai cũng khuyên mẹ nên bảo con hủy hoạt động xã hội ở Thái Lan vì tình hình bên đó rất căng thẳng. Mẹ theo dõi báo chí về đảo chính ở Thái Lan, lo lắng đến thắt ruột nhưng lại tự bắt mình chịu đựng, dành cho con toàn quyền quyết định việc đi hay ở lại. Đưa con lên sân bay, mẹ không thấy con thể hiện chút lo sợ nào. Thôi con cứ đi đi, nếu lo sợ quá nhiều, mình sẽ làm mất hết cơ hội được đi, được cống hiến, được học hỏi và được sống hết mình, con ạ!

Lại nhớ, khi con còn bé, trước tuổi vào Lớp 1, mỗi lần mẹ sắp phải đi công tác, con hay mất ngủ, thầm thì hỏi: “Mẹ ơi, có bao giờ mẹ đi, rồi không trở về nữa không? Máy bay có rơi không hả mẹ?” Con biết không, trong những đêm đó, nằm ôm con, mẹ cũng phải cố nén nỗi lo sợ vô cớ trong lòng. Con chỉ có một mình mẹ, nếu có chuyện gì xảy ra, mẹ không trở về, con sẽ ra sao? Ngược lại với nỗi lo trong lòng, mẹ đã giải thích cặn kẽ cho con nhiều điều: sự sống và cái chết, rủi ro và may mắn. Mẹ con mình cũng đã nhiều lần nói chuyện về sự an toàn của các phương tiện giao thông, đặc biệt là về ngành hàng không. Mẹ nói với con về việc hàng năm, tai nạn giao thông ở Việt Nam lấy đi hơn 10.000 sinh mạng. Mẹ cũng kể rằng, năm 1997, khi mẹ đang mang thai con, Vietnam Airlines bị một tai nạn máy bay rơi ở Campuchia.

Mấy hôm nay, mỗi khi vào mạng, mẹ lại thấy có nhiều chia sẻ, những câu xót thương, nhiều lúc nghe rất ai oán của mọi người. Chợt nghĩ, trong cuộc đời mỗi người, sẽ phải trải qua bao mất mát cũng như những nỗi buồn. Nhiều lúc, một tai nạn hàng không xảy ra ở đâu đó làm ta xót thương cho những người gặp nạn, rồi liên tưởng tới bản thân và gia đình, lo sợ liệu nó có xảy ra cho ta hay người thân? Con có đọc bài báo của chú Lương Hoài Nam phân tích về tỉ lệ tai nạn và phần trăm tử vong rất nhỏ xảy ra do tai nạn hàng không so với các phương tiện giao thông khác. Mẹ tìm và biết thêm con số cụ thể hơn, năm 2013, số người tử vong vì tai nạn giao thông ở Việt nam là 9.369 người. Từ năm 2011 trở về trước, con số này đều hơn 10.000 người/năm.

May mắn thay, từ năm 1997, Vietnam Airlines không bị tai nạn máy bay nào, trong khi số người tử vong vì các phương tiện giao thông khác là hơn 170.000 người. Vậy thì con nhé, có những nỗi lo sợ vô cớ mà trong đời ai cũng phải đương đầu và con phải kiểm soát được nó bằng lí trí.

Con nhớ không, mẹ vẫn hay kể cho con nghe về những kỷ niệm khi mẹ còn làm đoàn trưởng tiếp viên Vietnam Airlines. Mẹ yêu quý và gắn bó với các cô chú tiếp viên vì nghề đó không hề nhẹ nhàng, dễ dàng như mọi người nghĩ. Nhiều người đã không thể vượt qua sức ép tâm lý hoặc không đủ sức khỏe để gắn bó lâu dài. Mẹ biết, trong những ngày này, các cô chú và gia đình (bố, mẹ, vợ, chồng, con...) lại đang hoang mang, lo lắng. Mẹ muốn dặn con một điều: khi lớn lên, con có thể chọn bất cứ nghề nào con muốn nhưng hãy nhớ có một nghề mà thiếu nó, mẹ con mình sẽ không thể gặp nhau mỗi khi con được nghỉ, con sẽ không thể tới được những nơi xa tít tắp, để thỏa ước mong được tìm hiểu về bao miền đất lạ: đó là nghề lái máy bay và tiếp viên hàng không. Khi đi máy bay, con hãy hết sức tôn trọng những người đang làm việc cần cù để chắp cánh cho con bay xa, giúp cho con đi được khắp nơi trên thế giới rộng lớn này. Nếu trên chuyến bay nào đó, con gặp một người tiếp viên chưa được vui vẻ, niềm nở với khách, hãy cố gắng thông cảm. Biết đâu, con gái nhỏ của họ (nhỏ như khi con nằm thủ thỉ với mẹ khi xưa), đang bị ốm ở nhà. Và vì không đủ người thay thế, họ vẫn phải xách vali lên chuyến bay thực hiện nhiệm vụ. Nếu có dịp, con hãy trò chuyện với những người tiếp viên trên chuyến bay, để cám ơn các anh chị vì công việc họ làm.

Dạy trẻ đối mặt với sự ra đi của người thân

Tôi tình cờ đọc được bài báo "Con gái kể chuyện bố trải chăn ngủ dưới chân bàn thờ mẹ". Chia sẻ của cô gái thật cảm động nhưng lại chợt làm cho tôi tự hỏi:

1. Nếu tôi có chồng và chẳng may phải đi xa trước, thì ở nơi ấy, liệu tôi có thấy vui không khi chồng tôi vật vã, đau khổ 10 năm trời vì nhớ thương tôi? Tôi nghĩ đi, nghĩ lại và thấy thật sự mình không mong vậy. Cuộc sống vẫn tiếp diễn, con người nên vượt qua đau khổ mà tiến lên phía trước, chứ cứ "chìm đắm" vào quá khứ thì chẳng có ích cho ai. Người đi xa đã đi rồi, nếu người đó yêu thương bạn thì sự đau khổ, vật vã, tuyệt vọng của bạn sẽ là nỗi đau khôn nguôi, làm cho người đã ra đi khó yên ổn dưới suối vàng. Chắc bạn còn nhớ câu thơ: "Ba năm chực tiết còn gì là xuân?"

2. Nếu tôi có mệnh hệ gì, nếu con gái tôi vật vã, đau khổ để rồi không thể cảm thấy vui vẻ, hạnh phúc triền miên trong 10 năm trời và lâu hơn nữa, thì liệu tôi có vui và tự hào vì "sự hiếu thảo" của con? Tôi sẽ đau khổ và thất vọng biết bao nếu con gái không tự vượt qua được những quy luật của tạo hóa để sống cuộc sống của chính mình, mà lại bằng tàn phá cuộc đời nỗi đau mất người thân.

Và tôi cứ trăn trở về cái khác nhau cơ bản trong cách tiếp cận vấn đề:

- Nếu ai đó có chồng hoặc vợ đi xa không trở lại, ở "bên Tây", người còn lại đau khổ vài tháng đến một năm đã bị cho là quá lâu và ai cũng động viên người đó hãy tự đứng dậy, vượt qua đau khổ mà tiếp tục sống, tìm niềm vui và hạnh phúc mới. Còn ở ta, người còn lại vật vã, đau khổ, tiếc thương càng lâu thì càng được ca ngợi. Người ta ca ngợi những người vợ kiên trinh cả đời sống để "thờ chồng". Người ta tấm tắc khen những cô con dâu dành thời gian để lo tổ chức giỗ thật to cho nhà chồng. Tóm lại, người ta khen những ai cứ "chìm đắm" trong đau khổ vì hai chữ thủy chung với người đã khuất.

- Nếu ai đó có chồng hoặc vợ mất chưa đủ 3 năm mà lại có "người mới", họ sẽ bị mọi người xì xào, bàn tán, trề môi, bĩu mỏ chê bai là vợ (chồng) chưa xanh cỏ mà đã nhấp nhổm.

- Bố hoặc mẹ nằm xuống, tại sao phải sau 3 năm con cái mới được nghĩ đến chuyện cưới xin? Vì vậy mới vừa đau khổ, vừa nực cười cái cảnh đám cưới "chạy tang". Người ốm nằm trong phòng kín, để mà chứng kiến cảnh con "buộc phải vui vẻ" cưới trước khi mình ra đi, cho thiên hạ khỏi chê cười.

Những hủ tục đó nói lên điều gì?

Sự ích kỷ của người đời ẩn đằng sau thái độ “khen ngợi” sự đau khổ triền miên của người khác. Và để được khen ngợi, người ta cứ phải “gắng gượng, rướn mình lên” mà đau khổ càng lâu càng tốt. Người ta chụp những tấm ảnh trẻ trần truồng để kêu gọi sự thương hại của thiên hạ, để rồi gián tiếp khuyến khích trẻ con là cứ khóc, cứ than, cứ nước mắt nước mũi đầm đìa thì “xin” được lòng thương và quần áo từ người khác. Sao ta không nghĩ: hãy chụp hình ảnh những em bé cười vui bên tấm áo mới được cho để khuyến khích niềm vui và những điều tích cực trong cuộc sống?

Tôi nhớ có cô bạn vì chồng đi cặp bồ nên vợ chồng li dị. Tính cô vốn can đảm nên hầu như không thấy cô thể hiện sự buồn bã hay đau khổ cho bất cứ ai biết. Cô sống và nuôi con, vẫn vui vẻ, vẫn lạc quan dù biết rằng đằng sau lưng cô là biết bao ánh mắt lườm nguýt, bao lời chê bai. “Đã bị chồng chê, đi cặp bồ mà còn “vô liêm sỉ” đến nỗi không biết ngượng. Mặt mày vẫn cứ vênh lên thế kia”? Bạn tôi biết đằng sau những thái độ đó là sự ghen tức, sự ấm ức của những con người đang chờ cô phải vật vã, phải than khóc, phải đóng một vở kịch “người vợ tội nghiệp bị chồng bỏ rơi”! Hồi đó, tôi thường đến với bạn để ríu rít với nhau những câu chuyện “trên trời dưới biển”, để lấp chỗ trống về thời gian cho cô không có lúc nào buồn, để đưa mẹ con cô đi chơi và nói với cô rằng: “Đời còn nhiều người tốt và con người không xứng đáng kia đã có ai đó “nẫng đi hộ”, biết đâu lại là sự may mắn?”. Và bây giờ, tôi thấy đời cô may mắn thật.

Tôi còn nhớ có những ông bố bà mẹ bệnh tật (hoặc giả bệnh tật) triền miên hết năm này đến năm khác. Họ nằm đó, khi thấy con cái vui vẻ thì rất bực bội: “Tao thì ốm đau bệnh tật mà chúng nó bỏ tao đi chơi, mà chúng vẫn vui vẻ cười nói?” Vậy họ muốn gì đây, muốn cả nhà phải bất hạnh, phải vật vã, phải từ bỏ cuộc sống bình thường, nếu có ai đó chẳng may ốm đau bệnh tật hoặc qua đời?

Vậy thì chúng ta hãy sống và cố gắng luôn vui vẻ, hạnh phúc trong bất kỳ hoàn cảnh nào. Chẳng ai sống hộ ai nên không những vượt qua đau khổ mà nhiều lúc, chúng ta còn phải cắn răng vượt qua những bàn tán, dị nghị, sự cười chê từ những người ác ý hoặc cổ hủ. Hãy sống cuộc sống của bạn và dạy cho con cái cách sống tích cực, đừng bao giờ “câu” sự thương hại của thiên hạ bằng nước mắt và buồn đau.

Khi con gái còn nhỏ, tôi thường xuyên tâm sự với con: “Trong cuộc đời, có những việc xảy ra ngoài tầm kiểm soát của mình. Mẹ nói ví dụ là nếu mẹ có bị chuyện gì, thì con phải làm thế này nhé...” Lần đầu tiên nghe tôi nói vậy, con gái khóc òa lên, nức nở ôm chặt lấy tôi. Lần thứ hai, con rơm rớm nước mắt. Từ lần thứ ba, con tiếp lời: “Thì con sẽ gặp chị A, anh B, con sẽ phải làm những việc này phải không mẹ? Lần cuối tôi nói với con là khi con 15 – 16 tuổi, con trả lời tôi: “Mẹ không cần dặn nữa đâu, con nhớ lắm rồi! Mẹ cứ sống khỏe mạnh và đi chơi đi, không cần lo gì cho con đâu”. Đến lúc đó, tôi thật sự yên tâm là nếu chẳng may thiếu tôi, con vẫn ngẩng cao đầu vượt qua mất mát, con sẽ tự biết xoay xở để mà sống và tìm được niềm vui trong cuộc sống. Con cũng biết rõ rằng, tôi muốn nhìn thấy mọi người lau hết nước mắt, mở karaoke lên hát nếu nhớ đến tôi. Con cũng biết rằng, tôi sẽ tự lên kế hoạch cho đám ma

của mình cùng với con, vì ngày đó không sớm thì muộn sẽ phải đến, chỉ là việc của 10 năm, 20 năm hay lâu hơn chút nữa mà thôi.

Vậy thì dù thế nào đi chăng nữa hãy sống và sống thật hết mình để không phải nuối tiếc. Hãy chuẩn bị tâm lý cho người thân yêu (kể cả vợ hoặc chồng bạn) và nói rõ để họ biết rằng, ở nơi đó, bạn chỉ có thể yên lòng khi thấy người thân khỏe mạnh, vui vẻ và hạnh phúc.

Hãy để con tự lựa chọn ước mơ của bản thân

Đà Lạt mưa. Mây mù che khuất mặt trời nhưng phảng phất khắp nơi, hơi thở vẫn đẫm sắc xuân. Xuân nhuộm thắm từng khuôn mặt, tràn đầy vào ánh mắt, hòa quyện sắc hồng tươi của những tà áo đủ màu phấp phới quanh hồ Xuân Hương.

Chợt tôi ngẩn ngơ suy nghĩ: "Ừ nhỉ, mình đã và đang có những điều ước gì mỗi dịp xuân về? Liệu có phải hầu hết các điều ước tốt đẹp đều không trở thành sự thật trong xã hội chúng ta???"

Thuở còn tung tăng cắp sách tới trường, ai đó đã gieo vào đầu tôi khát vọng về những ngôi trường đại học cổ kính. Hai cái tên Harvard và Oxford trở thành niềm ao ước khôn nguôi từ bao giờ nhỉ? Năm tôi 10, 12 hay 14 tuổi? Mặc dù lúc đó, tôi đã đủ tri thức để hiểu điều ước của mình thật viển vông. Tôi chôn chặt nó vào lòng, chẳng dám tâm sự với ai vì sợ bị cười, sợ bị bố mẹ mắng là chỉ nghĩ hão huyền. Vào những năm 1970, liệu có ai dám thì thầm về nguyện vọng được đi học ở các nước tư bản chủ nghĩa?

Để rồi tháng 10 năm 1992, 34 tuổi, lần đầu tiên tôi đặt chân đến nước Anh. Về khách sạn lúc 10 giờ tối thứ Bảy, câu đầu tiên tôi hỏi cô tiếp tân là: "Làm thế nào để đi đến Oxford?" Để rồi ngay sáng sớm hôm sau, tôi ra bến xe buýt, một mình mua vé xe đến đó. Cả ngày trời lang thang hết phố này sang phố khác của một Oxford nhộn nhịp, tràn đầy nhựa sống, toát ra từ mọi thứ – những khuôn mặt trẻ trung, tươi mát của sinh viên, những tòa nhà cổ kính chứa đựng biết bao tri thức của nhân loại, các khu ký túc xá từng nâng niu nuôi dưỡng nên biết bao con người vĩ đại... Điều ước thuở ấu thơ cứ trào dâng, tràn đầy trong tôi... Để rồi 7 năm sau, mùa xuân 1997, ở tuổi 40, tôi cầm trong tay bức điện báo tin trúng học bổng Fulbright cho chương trình thạc sỹ (Master) và trào nước mắt. Nhiều niềm vui sướng, tự hào nhưng nhiều hơn cả là sự tiếc nuối và nhận biết rằng món quà đó không nên dành cho mình nữa. Tôi hiểu nếu có đi, chắc mình sẽ cực kỳ chật vật để leo qua được những đỉnh cao mà chương trình này đòi hỏi. Nếu chấp nhận học bổng, có nghĩa là một bạn trẻ có thể có khả năng hơn tôi, trẻ hơn tôi phải từ bỏ ước mơ. Nếu chấp nhận đi tiếp con đường học vấn nghĩa là tôi tự đánh mất cơ hội được làm mẹ...

Để khỏi phải suy nghĩ thêm rồi có thể lại chần chừ, phân vân, tôi fax ngay bức thư từ chối – bức thư đó đồng thời mang lại niềm vui cho một bạn trẻ khác, đang ở trong danh sách dự bị.

Để rồi sau đó gần một năm, niềm vui ập đến khi lần đầu tiên tôi được bế con gái bé bỏng trên tay. Vào giây phút đó, những điều ước thuở ấu thơ lại ào ạt trở về. Tôi hứa với mình sẽ truyền lửa đam mê, truyền tri thức để con đủ khả năng tiếp nối giấc mơ còn bỏ dở của chính mình.

Cho đến gần một năm trước đây, khi con băn khoăn, ngập ngừng hỏi: "Mẹ ơi, con có buộc phải vào Stanford hoặc Havard không hả mẹ?" thì trong tôi như lóe lên một tia chớp của sự thức tỉnh. Những lời tâm sự về điều ước thuở ấu thơ của tôi... dường như đang là nỗi ám ảnh với con, ngăn cản con dám có những điều ước của riêng mình. Cám ơn con, câu hỏi của con đã đánh thức mẹ tỉnh dậy sau giấc mơ kéo dài gần 50 năm.

Tôi pha một ấm trà, kéo con ngồi xuống bên mình, ôm vai con, rồi nhẹ nhàng nói: "Đó là ước mơ 50 năm trước của mẹ và chỉ của một mình mẹ. Giờ thì mẹ hiểu, chỉ riêng việc có con trên đời này đã là sự may mắn của số phận mẹ, là niềm vui và hạnh phúc lấp đầy tất cả các điều ước không thành của mẹ rồi. Ai cũng có những điều ước không thành, những giấc mơ mãi vẫn chỉ là giấc mơ. Nhưng sẽ rất không công bằng khi ai đó (kể cả mẹ) muốn áp đặt con thay mình thực hiện nó. Con có quyền tự lựa chọn bất cứ điều gì con muốn, vào bất cứ trường nào con thích và sau này sống trọn vẹn cuộc sống của con. Mẹ luôn ủng hộ con nhưng có một lời khuyên: con phải hiểu thật rõ khả năng của bản thân, đừng bao giờ xây dựng ước mơ vì số đông người khác muốn thế hoặc để đem đến niềm tự hào cho bất cứ ai. Hãy luôn cố gắng sống với niềm tự hào về bản thân mình, vì những giá trị mình thực sự mang lại cho bản thân, cho gia đình và xã hội. Hãy cố gắng tìm niềm vui và sự hài lòng từ những việc nhỏ nhất hàng ngày, khi đó con sẽ với tới hạnh phúc thật sự".

Nhìn mắt con gái sáng lên kèm với nụ cười rạng rỡ, tôi thấy trong tôi cũng dâng lên niềm vui khó tả: "Con có biết là chính con đã dạy cho mẹ bao bài học trong cuộc sống không?". Cái tôi không ngờ là con tâm sự tiếp: "Mẹ biết không? Ai cũng nói là phải vào các trường hàng đầu để sau này tìm được việc làm tốt, được lương thật cao. Con chẳng hiểu tại sao cứ phải thế? Con luôn cố gắng học vì con nghĩ mình có trách nhiệm phải làm tốt những gì là công việc của mình. Nhưng học giỏi chỉ để sau này kiếm nhiều tiền thì chán lắm". "Con ạ, học là để trở thành người có tri thức, có văn hóa, để mình có đủ khả năng hiểu những gì xảy ra trong cuộc sống và xã hội, để có khả năng và cơ hội làm được những điều mình thích. Nhưng riêng việc học giỏi không đem lại hạnh phúc cho con người. Có biết bao người không được học hành tử tế vẫn có ích cho xã hội, vẫn sống hạnh phúc. Mỗi người một việc mới tạo thành một xã hội đa dạng". Câu chuyện giữa hai mẹ con cứ thế kéo dài mãi...

Câu chuyện về lòng tự trọng

Một sự việc xảy ra ở công viên nước Hà Nội cứ ám ảnh tôi mãi, kể cả trong giấc ngủ. Nó làm tôi nhớ đến một việc buồn, xảy ra cách đây đã hơn 30 năm (1981), cũng tại một công viên Hà Nội nhưng là công viên Thống Nhất.

Hôm đó, trời đã xế chiều, vừa ở Liên Xô cũ về được vài ngày, tôi và bồ rủ nhau đi dạo công viên. Sau 5 năm xa Hà Nội, với ký ức lúc đó, công viên Thống Nhất như là một thiên đường. Tôi đã có cả một tuổi thơ gắn liền với nó. Những ngày còn bé, các anh hay dẫn tôi đi chơi, ngắm hoa bắt bướm. Rồi lớn lên một chút, hàng ngày, lũ con gái chúng tôi hay mang sách vở ra công viên học bài, tán gẫu, rủ rỉ tỉ tê với nhau đủ chuyện. Cũng tại nơi này, biết bao lần có một anh chàng lớp trên cứ "bám đuôi" tôi suốt, khiến tôi xấu hổ vì bị bạn bè trêu ghẹo.

Với tâm trạng hồi hộp vì sắp được trở lại nơi chốn cũ thân yêu, chúng tôi hớn hở dắt xe đạp tiến tới cổng vào. Đột nhiên, một người đàn bà (chắc là làm vệ sinh tại công viên) xông ra, chặn chúng tôi lại, nói bằng giọng khá hách dịch: "Hai cô cậu này đi đâu, không được mang xe đạp vào công viên". Tôi hỏi lại: "Chị ơi, hồi xưa em vẫn đi xe vào mà". Chị ta trả lời: "Hồi xưa là hồi xưa, bây giờ là bây giờ, không được là không được". Chúng tôi nhìn quanh, chẳng còn bãi giữ xe nào quanh đó còn làm việc. Có lẽ chỉ có hai đứa hâm này muốn vào công viên lúc xế chiều? Tôi bèn dịu giọng: "Em chẳng biết để xe ở đâu chị ạ. Chị trông xe giúp em, em gửi chị tiền đúng bằng vé xe nhé". Nói rồi, tôi rút tiền ra, vì không có tiền lẻ, nên đưa chị ta nhiều hơn tiền vé xe bình thường (tôi cũng không ý thức được là nhiều hơn bao nhiêu). Cái mà tôi không ngờ là đột nhiên, chị ta quỳ sụp xuống bằng hai đầu gối, bám lấy gấu quần tôi, rồi lạy tôi mấy cái, cảm ơn rối rít. Tôi bị bất ngờ quá, nên lùi vội ra phía sau, làm cái xe đạp đổ chổng kềnh, tôi cũng suýt ngã. Rồi tôi kéo chị ta dậy, vẫn không thể mở nổi mồm để nói bất cứ câu gì. Tôi im lặng, còn chị ta vẫn liến láu: "Em cứ đem xe vào đi, nếu gặp bảo vệ thì nói là người nhà chị Thoa nhé, sẽ không ai làm gì bọn em đâu".

Chúng tôi lên xe đi vào công viên. Mọi niềm vui, mọi sự mong đợi tan biến đi như bong bóng xà phòng. Đầu tôi căng ra, đau nhức mà không hiểu tại sao. Trời ơi, chỉ vì vài đồng bạc (tiền lúc đó) mà một con người có thể hành xử như vậy sao? Chị ta có thể mua được những cái gì với vài đồng bạc đó để rồi phải vứt bỏ nhân cách mà lạy tôi? Trong tôi tràn ngập cảm giác xấu hổ, giận dữ, chán nản: "Đất nước tôi, Việt Nam, có những con người thế này ư?". Sau 5 năm xa Tổ quốc, biết bao nhớ nhung, thổn thức, để rồi khi trở về, tôi phải chứng kiến những sự việc làm bất cứ ai có lương tâm cũng phải cúi đầu xấu hổ vì mình là đồng hương của họ. Hay là chị ta không biết nhân cách và lòng tự trọng là gì? Hai cụm từ đó không tồn tại trong tiềm thức con người đó chăng? Câu chuyện ám ảnh tôi hàng năm trời và cũng giúp tôi quyết định một cách sống: "Mình sẽ sống để KHÔNG BAO GIỜ phải xấu hổ với bản thân, để KHÔNG BAO GIỜ người khác có thể khinh mình chỉ bằng một phần ngàn so với cảm giác khinh bỉ của mình với người đàn bà đó". Giá như chị ta cầm tiền, có trả lại tiền lẻ hay không chẳng quan

trọng, và nói đơn giản: “Bây giờ chị rảnh, chị sẽ trông xe hộ các em”. Chỉ vậy thôi thì tôi sẽ tôn trọng và cám ơn chị ta biết bao nhiêu. Trong trường hợp này, chị ta đâu cần xin tôi tiền, chị ta trông xe hộ tôi mà? Tôi hiểu ra một điều, cái cách mình nhận tiền cũng thể hiện nhân cách con người.

Cũng từ thời điểm ấy, trong tôi cạn dần những ký ức về công viên Thống Nhất. Sau lần đó, hình như tôi chưa trở lại đó vì sợ phải gặp lại chị ta, cho đến giờ, tôi vẫn nhớ như in khuôn mặt gầy gầy, đôi mắt khá to, tóc dài vuốt đuôi chuột cặp đằng sau bằng cái cặp ba lá.

Từ đó, tôi căm căm một cách sống, người khác có thể yêu thương tôi, ghét bỏ hoặc sợ tôi, nhưng tôi sẽ sống, để không cho phép ai khinh bỉ mình. Tôi cũng căm căm dạy con về lòng tự trọng, về nhân cách con người để con tôi có thể và dám ngẩng cao đầu trong mọi trường hợp.

Bây giờ đây, ngồi viết những dòng này, tôi trào nước mắt, hơn 30 năm trôi qua, đất nước đã giàu có hơn nhiều so với ngày đó, để rồi tôi lại phải chứng kiến sự mất nhân cách của KHÔNG CHỈ MỘT CON NGƯỜI mà là của nhiều trăm, nhiều ngàn con người hành xử tương tự, thậm chí còn tệ hơn. Có phải họ đều được sinh ra và nuôi dạy bởi những bậc bố mẹ như người đàn bà kia?

Cái tốt luôn cần được gieo mầm, chăm chút và nuôi dưỡng... Cái xấu lây truyền như bệnh dịch.